真理の扉を開く本

ハイエスト・ダンマ

The Highest Dhamma

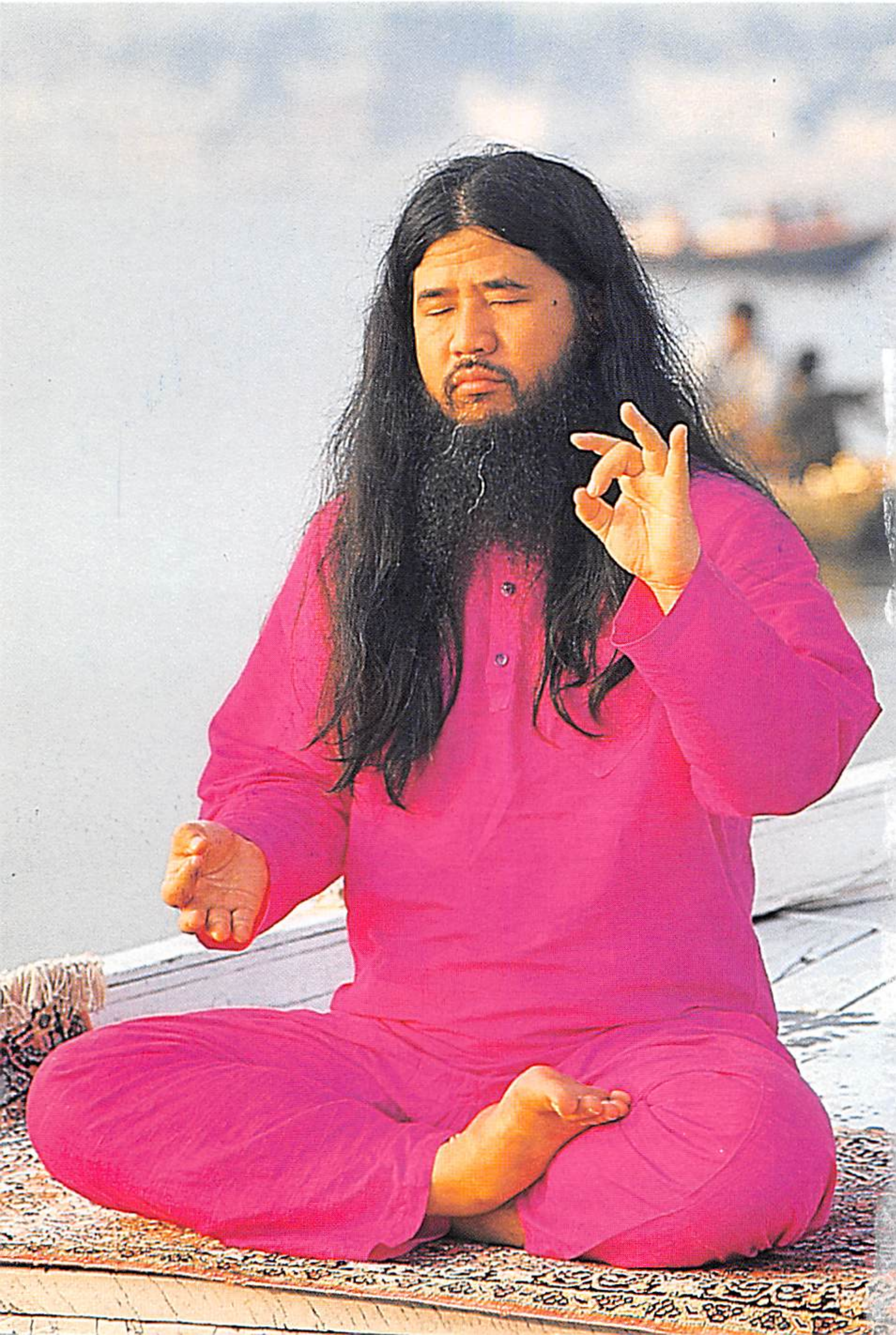
麻原彰晃

真理の扉を開く本

ハイエスト・ダンマ

The Highest Dhamma

麻原彰晃





はじめに

何千年の昔より多くの聖者たちによって説き明かされてきた真理の教え。しかし、現代ではその教えも分散され、完璧なものを目にすることはほとんど不可能という状態になってしまいました。麻原尊師は、真実の教えを求めて、世界を回られ、ついに八六年最終解脱を果たされました。そして、ご自身の修行体験をもとに原始仏教、チベット密教、ヨーガなどを中心として、その真理の教えの真髄を集大成することに成功されたのです。

本書は、麻原尊師が説かれた真理の教えの中から、最も高度な秘儀・奥儀を集めました。サキャ神賢（釈迦牟尼）が初転法輪で説かれた四諦十二縁起の法、仏教の柱・八正道、五蘊無我、七科三十七道品、さらにはヨーガ・密教の瞑想法まで、非常に難易度の高いものばかりです。

なお、本書を初めて読まれる方は、基本的な教義の理解のために『生死を超える』『イニシエーション』『マハーヤーナ・スートラ』『タターガタ・アビダンマ 第一誦品』（いずれもオウム出版）を読むことをお勧めします。

また、オウム真理教ではパーリ仏典を現代語のわかりやすい日本語に直すための訳語の修正がなされています。そのため、部分的に言葉遣いが異なっている箇所があるかと思いますが、ご了承願います。麻原尊師の深い叡智によって導き出された訳語に関しては、巻末に「言語対比表」と

して掲載してありますのでご参照ください。

この書を手にされた皆様が、真理の道に沿って歩まれんことを願って。

一九九二年五月　オウム真理教広報編集部

真理の扉を開く本

ハイエスト・ダンマ

The Highest Dhamma

第一章　究極の真理

第一話　若者の宗教の必要性

九一年十一月一日

◉満足は欲求のコントロールから

麻原彰晃です。今日はまず、「なぜ今若者は宗教なのか」ということから、修行する場合のメリット、そして人がどのような形で神々に至るかという話について、皆さんにお話をしたいと思います。で、この二つの命題、つまり「若者の宗教の必要性」、そしてその「宗教の目的」というものは、これはおそらく皆さんも、絶対にそれを聴くことによって、不利益になる命題ではないだろうと考えています。

まず、わたしたち日本人は、外国に比べると大変物質的に豊かな生活をしている。確かに、この物質的な豊かさというものはわたしたちに外的欲求における幸福というものを与える。もちろん、この外的欲求を満たすということは、その瞬間瞬間において幸福感というものを満足させている——まあ、そういう感じはするわけですけども、実際わたしがいろいろと研究し、そして、これは京大でもかなり研究されているみたいだけども、その幸

福観の定義からいくならば、決して幸福になれない。

それはどういうことかというと、まず、わたしたちの欲求というものがある。そしてこの欲求というものは、いろいろな情報によって増大する。これはまあ、分母と考えてみたらわかるわけだけども。そして、分子にはわたしたちの現実的な物質的充足度というものがある。

ところがね、分子の物質的充足度というものは、分母の欲求に比べると、そのスピードが遅い。そして結果的には、分母の欲求が増大すればするほど、欲求不満の状態に陥るんだと。そして、それが、例えば自然破壊につながるし、あるいは自分自身の器でもないようなことをしでかし、例えばサラ金地獄とかそういう状態に陥る。

ここで、だから問題になってくるのは、この欲求をいかにコントロールするかということが問題になってくる。この欲求をもしコントロールすることができるならば、もともと物質的に、世界的にも満足感を与える国、日本であるから、最高の満足した状態でこの人生を満喫することができるはずである。

ところがね、例えば宗教というと、即その欲求を増大させ、欲求を増大させたものを満足させるという教え、これが日本では広がっているわけだね。今から二千五百年以上前、

登場なさったサキャ神賢の教えも、その当時は新興宗教であったわけだけど、そういう新興宗教というのは、そのニーズに合わせて法を説くという形を展開することにより、その時代の人たちを幸福へと導くわけです。

◉観念的教えは幸福を与えるか

そして、今の若者は、これは世界的にも水準の高い知的生命体である。この知的生命体は、当然自分の煩悩、つまり欲求というものと、そしてその欲求から来る苦しみというものを絶えず見つめて生きているはずである。そうするとね、この欲求、そして物質的充足度のこの差というものは永遠に縮まらないんだということを、日本人は賢いからわかるわけだね。そこで、いろいろな神秘主義、あるいは神秘主義ではなくて観念的な教えといったものに少しずつ少しずつ取り込まれていく。

ところがだ、よく考えていただきたいんだけども――まあこれは、実は今から四日前、中沢新一（宗教学者）という人と、二時間ぐらいのちょっと対談を行なったわけだけども――そのときも出てきた話だけどね、この観念的な教えというものは、すでにこれは中国の支配思想として使われているし――例えば、それは孔子の儒教であったりするわけだ

けどね――そういう観念的な教えが、これから先のわたしたちの満足、あるいはわたしたちの幸福といったものを与えてくれるかどうかというのは、大変難しい問題である。というよりも、わたし自体は与えてくれないだろうと考えているわけだ。

それはなぜかというと、あの当時の中国はもともと貧しい人たちがたくさんいたわけだし、そして、ある程度上の力、つまり国家の力に対して、その力に従うことによって自分たちの低い生活レベルでの安定というものを得ることができたわけだから。そして、それこそ善であるとかいう言葉で表わすことにより国家運営ができたわけです。

しかし、今はそうじゃないよね。それぞれがそれぞれの生き方を持っているし、そして、それぞれがそれぞれの考え方を持っている。つまり、この生き方、あるいは考え方の延長線上にわたしたちの幸福観というものがなければならないんだと。わたしたちの満足というものがなければならないんだと。

◉知性を超えて智慧を得よ

とするならば、今のあなた方の知性というものをいかに超えるかということが問題になってくるわけです。なぜならば、知性というものは問題を解決するただ一つの道具だからで

ある。そして、その知性の最終的地点に智慧、ウィズダムというものがあるわけだよね。
ところで、この知性から智慧への発展、これは何によって得られるのだろうか。実は、これは中国にあまり受け入れられなかった老子・荘子の思想であるタオイズムがそうであるし、あるいは原始ヨーガがそうであるし、あるいは仏教がそうであるし、あるいは密教がそうである。
このような教えというものは、自分自身を変化させることにより、自分自身を昇華させることにより、意識を変え、そして高い世界の経験をすることにより、その世界の叡智を引き出してくる。まあ、要するに秀才型のタイプではなく天才型のタイプをつくり上げていく教え、あるいは実践であるわけだね。

◉苦しみから逃げるな

そして、この教え・実践が、あまりにも日本にはなさすぎたがために、皆さんもおそらく、今、先程言った欲求と、そして現実の満足感との間で大きなギャップを感じながら苦しんでいるはずだ。もちろん、そういう話をするとこう言うかもしれない。
「俺たちは苦しみなんかないよ」と。

「わたしたちは苦しみなんかないよ」と。
「今が楽しいんだよ」と。
しかし、よく考えてみようじゃないか。例えばね、本当に苦しみがなければ、次から次へと欲望の対象を求めるだろうか。本当に楽しければ、次から次へと新しいことを試みようとするだろうか。もちろん、これは真実において内側に充足感がないがゆえに、そのような方向に向かうわけだよね。つまり、行動を起こすときには必ず動機というものがあって、その動機をしっかりと見つめるならば、自分自身の今の状態というものがわかるはずである。
そして、これらの教えをすべて完璧に説き明かされた方、この方が、まあ今、日本では仏陀という称号——実際この仏陀というのは、個人の一人を指すのではなく状態を指すわけだけども、二千六百年前のサキャ神賢、サキャムニの教えである。これは、その教えの途上にある、例えばイエス・キリストなどの教えもすべて包含された絶対的な教えである。
そして、その教えの中に、わたしたちがこの人間から神に至る道があるんだということを、その経典、例えば、これはインドからスリランカに伝わった『南伝大蔵経』や、あるいはインドからチベットに伝わった北伝のいろいろな教えが説き明かしているわけだね。

そして、この教えをしっかりと皆さんが実践することにより、確実に神に至ることができる。

◉神の定義とは

では次に、この神という場合の、神の定義をしなければならない。例えば人間といった場合、二本足・二本手、そして話すことのできる生命体である。あるいは、考えることのできる生命体である。これを人間と定義するならば、ではいったい、神とはどのような生命体だろうか。それは、人間より優れた智性を持ち、そして神秘的な力――まあ、これは一般にいわれている超能力とは若干違うものだけども――そういう神秘的な力を有した生命体と。そして、最終的には煩悩が完全になくなり、食べる必要もなく、あるいは飲む必要もないような状態に至った魂ということになるよね。

ではなぜ、この食べる必要がなく飲む必要のない状態の魂を神といえるのだろうか。つまりそのとき、その生命体はそういうことなしに、心の中に完全なる満足、充実した心の状態を経験しているからである。まあ、これはわたしの修行上の体験からいってもそういう状態に入ると、実際、いっさいの行為なしに身体全体が、体全体が本当に快感状態に至

り、そして心の中は充実する。そしてこの状態に入ると、いかなる外側の刺激に対して、情報に対して心が動かなくなり、そして真に生命に対する喜びが生じてくる。
しかし、この神の状態ですら最後ではない。この神の状態も、この喜び、あるいは満足という状態も、いずれはその原因が切れたとき、終わってしまう。この原因が切れたとき終わってしまうというのは、ちょうど車にガソリンを入れ、そして、そのガソリンが尽きるまではその車は走るが、ガソリンが尽きてしまったら走らないのと同じである。
これらの状態をもう一つ超える――これが、十力者(じゅうりきしゃ)とも真理勝者(しんりしょうしゃ)ともいわれる状態である。

◉三界の構成要素

この人間、神、そして真理勝者、タターガタというね、この三つの言葉の定義をしっかりしておかないと、君たちにはわかりづらいだろうから、定義をするとしよう。
まず、この粗雑な世界、これは肉、血、そして体温、呼吸、それから空間と――空間って、例えば口腔(こうくう)、口の空間だとか、あるいは鼻腔(びくう)、鼻の空間だとか、そういう空間――これらのものによって形成されている。

例えば、骨などは、その肉の部類に属する。この肉の部類とは何かというと、実際には、地、地元素である。つまり、個体元素である。そして二番目の血液、これは水元素である。だから、血液だけではなく、例えば消化液とか、あるいはリンパ液とかいう、液と名のつくものすべてがこの二番目のカテゴリーに入る。そして三番目は、火元素は、これは体温を生じさせるもの、あるいは熱を発生させるものである。四番目は、これは呼吸である。で、五番目は、空間である。これはOKである。

そして、これらの五つの元素の集大成によって、わたしたちの肉体は形成されている。これと同じように、この宇宙のすべての要素が、この五大元素によって明らかにされる。例えば、地イコール土である。水イコール水である。火イコール、例えば太陽の発する熱などすべて、この火元素に属する。

そして、風（ふう）イコール、これは火元素を昇華した形でのエネルギーである。ここでのエネルギーというのは、先程の呼吸とどう関係があるかと。それは皆さんも知ってのとおり、例えば空気中の酸素をわたしたちは吸収し、それによって熱エネルギーを生産しているわけだけども、それと同じように、この風元素（ふうげんそ）、例えば核融合によって生じたエネルギーというものは、火元素の比ではないほどのエネルギーを発する。そして、その上に空（くう）が生じ

ている。この空というのは、ブラック・ホールだと考えるべきである。

で、この小宇宙と大宇宙の粗雑な元素、これと心の働き、そしてもう一つ、わたしたちが夢で使うような身体、この三つを合わせて、この現象界の構成要素であるといっている。で、この現象界の構成要素というのは、今わたしたちがこの住んでいる現実といわれるものだね。

そして、ここからもう一段階深い意識状態に入ってくると、心の要素と、そして形状・容姿だけになる。これは、皆さんが夢で経験しているようなもの、これが、もっともっと実際リアルな世界が存在するわけだけど、その世界では先程述べた粗雑な五大元素はなく、微細な五大元素が存在している。

そして、その形状、つまり姿・形を完全に止めた状態が、心の本質の世界――まあ、これを非形状界といっているわけだけど――が存在している。そして、この心の本質を完全に止めた状態でこの三界から脱却する。で、ここはポイントなんだけどね、この三界を完全に捨断した状態こそがタターガタ、つまり真理勝者である。この真理勝者こそが二千六百年前に現われられたお釈迦様がその典型である。

◉仏教――生きているうちの問題解決法

では、その止めてしまうということは、どういうメリットがあるんだと。これは、生命に対して自由になるのである。つまり、その三界のどこへ生まれることもできるし、あるいはいつでも死ぬことができる。そして、いっさいの現象を思うままに動かすことができる。これが、真理勝者の最終的段階である。

そして、そのとき欲求もすべてコントロールできるから、そのときは分母の欲求と、そして分子のこの現世的充実感というものとは、必ずイコールになる。つまり、絶えず一定の心の状態で生活することができる。

このような状態をつくり上げていくこと、これが、人間の状態を超えて、そして神になると。そして、神の状態を超えて真理勝者、つまりタターガタになるということなんだね。

そして、このような状態を完全に会得することができるならば、この世の苦しみというのは、先程も述べたとおり、分母と分子が一定になるわけだから、完全に消えてしまう。そのための教え、これが仏教である。

ところが、今の仏教を見ると、人が死んだとき、一生懸命お坊さんが来て拝む。まあ、その拝むこと自体は悪いことではないし、素晴らしいことだと思う。しかし、もともと仏

教というのは、生きている人たちをいかに幸福にするか、生きているうちにいかに死後の準備をするか、あるいは生きているうちにいかに未来の準備をするかと、これが仏教だったんだね。ところが、その生きているうちの問題を解決することは難しいから、徐々に徐々に死後の問題点へと論点は移っていったということになる。

◉新しい時代の到来を前に

ところでだ、少し、皆さんあまり興味がないかもしれないけど、これから日本が、そして世界がどうなっていくかの予言についての話をしましょう。

君たちは、『新訳聖書』の中に「ヨハネの黙示録」というのがあるのを知っているかな。この「ヨハネの黙示録」の預言というものは、今のところ百パーセント成就をしている。この成就については二つの考え方があって、一つは、自然にそうなっているのだと。もう一つは、より大きな力によってそうなっているのだという二つの考え方があります。まあ、いずれにしろ完璧な成就をしている。

例えば、ソビエトが四十二年間、アメリカの力によって権威を与えられると。現に、ベルリン問題以降四十二年、つまり一九九〇年にソビエト連邦は崩壊し——まあ、完全に崩

壊したのは今年だけども——ロシアの、ソビエトの覇権主義というものは終わってしまった。こういうことを中心として、必ずやその預言どおりの現象がこれからどんどん起きてくるだろう。

では、その預言が、これから先何を示しているのか。それは、ある程度のカタストロフィー、大破局。そして、その後の新人類の登場の預言である。

この、ある程度のカタストロフィー、そしてその後の新人類の登場、これについては、そうなった方がいいという考え方と、そうならない方がいいという考え方がある。しかし、いずれにしろ、今の人類の形態が、例えば共産主義対資本主義という対決、そして資本主義が生き残ると。この後に来る物質主義対、次は精神主義の対決。そして、より高度な方が残るであろう。そして、預言がそのとおり、今の百パーセントの預言の的中と同じような形で達成されるならば、おそらく精神的な、心の成熟した超人類が生き残るであろう。

これはね、なぜわたしが今日「ヨハネの黙示録」を今取り出したかというと、君たちだって自由に本屋さんに行って『聖書』を買えば、その内容が書かれているから、自分たちで研究すればよくわかるからである。そして、その最終的な選別は、そうだね、あと十年はかからない期間のうちに行なわれるであろう。

　まあ、これらのいろいろな現象があったがゆえに、今オウム真理教は積極的にその部分を教え、そして、まず自己を改革していただきたい。まあ、そのために今日わたしも参加したわけだけど。よって、この講演が君たちの少しでも利益になれば幸いだと思います。

第二話　三乗の修行、その形態とステージ

九〇年十二月二十九日

◉多重層をなす意識

初めに少し高度な意識についてね、話をしたいと、そして解脱について話をしたいと考えています。

まず、わたしたちの意識というものは、多重の層を形成している。これはちょうどまず、土があり、その上に砂があり、そしてヘドロがあり、その上に、水があり、水の上に油があるというふうな形を考えていただきたい。で、このわたしたちの意識が低い状態のときには、土の中にちょうど、その意識が埋没している。そしてこれを上昇させる働きのあるもの、これが風(ふう)である、風(かぜ)である。そして上昇するものが心滴(しんてき)である。で、その上昇させる風(ふう)の道筋、これが管である。

この管・風・心滴といった三つ、これはタントリックのベースをなすものである。そしてこのタントリックのもともと狙いというのは、この土、砂、そしてヘドロ、そして水、

油といったようなものをいじることなく、意識を速やかに軽い方向へ向けていく。そうすると最終的には、その油から脱出して空間へと移行する。

◉南伝仏教の教え――すべての意識を空間に変える

ところが南伝仏教――『南伝大蔵経』を含めた南伝仏教では、それをよしとしない。では『南伝大蔵経』の南伝仏教は何をよしとするのかと。要するにその土を変えてしまおう、あるいは砂を変えてしまおうと。あるいはヘドロを変えてしまおうと。あるいは水を変えてしまおうと。あるいは油を変えてしまおうと。何に変えるのかというと、すべてそれを空間に変えてしまおうと。よって、例えば仏陀釈迦牟尼のように四アサンキャ十万カルパという、ものすごい間の修行というものが前提となってくる。

これはどういうことかというと、つまり先程言った管・風・心滴というのは個の解脱においては有効である。これは、タントリックの特徴で一生、あるいは数生で最終地点に到達できる。しかし、周りをすべて変えてしまって、周りのすべての魂をマハー・ニルヴァーナに入れるためには、その土――土の空間を変えない限り、衆生を済度できないんだと。あるいは砂の空間を変えない限り、済度できないんだと。あるいはヘドロの空間を変えな

い限り、済度できないんだと。あるいは水の空間を変えない限り、済度できないんだと。あるいは油の空間を変えない限り、済度できないんだということになる。

つまりどういうことかというと、そこに如来というものが存在し、その如来が空間を変えることによって、すべての魂の幻影を打ち砕いてあげると。そして速やかに飛翔する形をとらせるということになる。

◉意識が低い者の恐怖

ここで一つチベットのタントラの経典を思い出していただきたい。これは日本でも誤訳がかなり多いけども翻訳されている、例えば『バルド・ソドル』なんかその典型だけどね。まあ、この内容、この内容はまさに先程言った多重的意識における、ちょうど水の部分にたとえて考えることができる。

これはどういうことかというと、わたしたちを構成しているものは地・水・火・風……まあ、これは言い方を換えるならば、肉体、血液、そして体温、それから、もう一つは呼吸と、あるいは内なるエネルギーという言葉もできるわけだけど、そして最後は空間と、この五大エレメントで構成されているわけである。

　この五大エレメントはカルマによって形成されている。例えば一千メータークラス前後にいるチョウチンアンコウがあるとして、このチョウチンアンコウをいきなり引き上げるとどうなるかというと、目が飛び出したり、あるいは破裂してしまう。これチョウチンアンコウだけではなくて、そうだね、他の深海魚についても同じことがいえる。

　これはどういうことかというと、例えば、千メータークラスでは、だいたい百気圧、ということは一平方センチあたり、だいたい百キロの圧力が加わっているわけだよ。そこで生活しているわけだね。で、この百キロの圧力が一気にゼロになるわけだから、当然膨張する。その膨張の段階で破裂するという形になる。ちょっと詳しく述べるならば、一センチ四方のサイコロ、六面体のサイコロがあるとして、その各面に百キロの圧力が加わっていると考えたらよろしい。それが例えばいきなり引き上げられるわけだから、それで破裂してしまうと。つまりこれは五大エレメントの崩壊である。

　これが例えば、ゆっくりゆっくり行なわれるならば、それに対応して五大エレメントが変化していって、そして、その空間に適応できる形で変化していくから恐怖はない。ところが一気に引き上げられると、そこで恐怖が起きる。そしてわたしたちは過去から現在に至るまで、過去世から現在に至るまで、多くのそういった意識の上昇と、あるいは下降の

経験をしているわけである。よって、中間状態、つまり死の状態に入ったとき、例えば悪業をなしている者がグルの神秘的な力によって、例えば色界に生まれ変わらせられるとした場合、その光の強さ、あるいは引き上げられるときの恐怖によって、そこから逃れたいと考える。

これは、信徒を見ていても、あるいはサマナを見ていても、その状態がよくわかる。例えばグルが意識し、この人を出家させようと、あるいはグルが意識し、この人を解脱させようと考える。ところがその人に、まだ、その機根がない……というよりも、そうだね、土台がしっかりできていない場合、恐怖して、例えば退会してしまったり、あるいは、その修行から逃げ出してしまったり、いろいろと起きる。これは、その人の意識がまだ低くて、高い部分に引き上げられるときの他の要素がついていかないということを表わしている。

◉三乗の要素

そしてヒナヤーナ、つまり小乗仏教、マハーヤーナ、大乗仏教、タントラ・ヴァジラヤーナ、これは秘密金剛乗仏教といわれる三つの教えがあるわけだけど、この第三番目のタン

トラ・ヴァジラヤーナの教えというのは、まさにこの引き上げである、ね。そしてヒナヤーナとは何かというと、ヒナヤーナというのは、要素というものは先程言った、土、砂、そしてヘドロ、水、油、空間という要素といったようなものは、そのまま肯定し、そして、その要素は一応肯定はするんだけども、ただ自分の管、それから風、それから心滴、この三つだけを、その要素から切り放して上昇させようと考える。

で、タントラ仏教というのは何かというと、一応要素というものは肯定はするんだけども、できるだけ、その要素の影響を受けないように、否定しないで受けないように上昇させようとする。そして如来——本当の如来に至るための大乗仏教とは何かというと、先程言ったとおり、その要素全体を変えてしまって、多くの魂を引き上げることに主眼が置かれている。

よって到達点は同じである。しかし力は違う。あるいは到達点は同じである。しかし影響の度合いは違うということになる。これは何を目指すかによって違ってくる。つまり個の最終地点を目指すのか、あるいはすべての魂を済度するために修行しているのか、あるいは苦しみから出離（しゅつり）したいために修行するのかによって違ってくる。

ところが現代は、真理というのがもう廃れてほとんどない。よって、この三つが同一に

見られたり、あるいは、大乗仏教の教えの一部分だけ取り上げられて、そのベースとなる意識の上昇とか、あるいはすべての魂をマハー・ニルヴァーナに至らせるといったような教えというものがなくなってきている。これが例えば『法華経』、あるいは『維摩経』、あるいは『仏部三部経』といったものが、その典型といえる。つまりこの大乗仏教というのは、あくまでも自分自身の上昇、それと同時に周りも上昇させるという二つの要素が必要となってくる。つまり自分自身が仏陀の境地に到達していなくて、あるいは自分自身が如来の境地に到達していなくて、周りを済度することはできないのであるということである。そしてこの現象界の真理も、それから欲界・色界・無色界を通した三界の真理も全く同じである。

◉オウム真理教の修行目的

とまあ、こういう形で今日は難しい話から入った。なぜ少し難しい話から入ったかというと、オウム真理教には四預流支しかないのかと。あるいは六つの徹底しかないのかと。あるいは教えしかないのかと。結果はないのかということだから、まず何のために修行しているのかということになる。

　では次に、力というものは何であろうか。例えば仏陀に至るための、仏陀に至ったときの力というものがある。これは俗にいう六神通。例えば天耳・他心・漏尽・宿命・天眼、そして神足だね、といった六つの神通力があるわけだけど、この力も同じように、その世界というか、空間を表わしている。

　つまりヒナヤーナの完成によって、この六神通が生じる場合、人里離れただれも見ていないところでその神通が発揮される。マハーヤーナの神通の場合は、これは、だれが見ていようとも神通が発揮されるようになってくる。そして、タントラ・ヴァジラヤーナの神通においては、先程言ったごく少ない人に対して、ごく少ないそれを信じている人だけが、その神通を知ることができるし、見ることができる。これは先程わたしの述べた三つの教え――つまり小乗、大乗、それから秘密金剛乗の三つの教えを理解すればよくわかることである。

◉三乗によって異なる神秘的な力の発揮

　もう一度復習しよう。まずヒナヤーナにおいては、自己の管・風・心滴のみ、これを先程言った、土、砂、ヘドロ、水、油といったものから切り離すわけだから、当然外界であ

るいろんなものとの接触によって、その力というのは阻害される。よって一人の状態になったとき、完全にすべてから切り放されたとき、その力は発揮される。これはまずＯＫだね。わかりますか。

じゃ第二番目のタントラ・ヴァジラにおいては、その秘密の教えというものを信じる者たちが、つまりこれはごく少数であるが、あるいは大量かもしれないけども、その要するに中心となる成就者の周りにいる人、この人たち、つまり土、砂、ヘドロ、水、油、空間の中でも、その中心のタントラ・ヴァジラの教えを信じている人たちの前だけで、その神秘的な力というのが発揮される。これはＯＫだね。

そして本当の意味での大乗――大乗といっても、もうマハーヤーナの最終仏陀に至るための修行、これにいそしんでいる魂の場合はいかなる条件であっても、どのような条件であろうとも、神秘的な力というものは発揮されるはずである。これもＯＫだね。

そしてその修行の形態において、当然修行の期間も違ってくる。これもＯＫだね。当然ヒナヤーナの教えというのは最も楽である。切り離せばいい、そうでしょ。そして大乗の修行というのは当然時間がかかる。それは自分のいろんな縁に対して、縁を感じている人に対して変化させていかなければならないからである。そうだね。ということなんだね。

◉三乗のメリットとディフェクト

で、ここまで考えてくると、例えばなぜタントラ・ヴァジラヤーナが秘密の教えでなければならないのか、これがわかる。わかるね。つまり、それは、このように考えたらよくわかる。例えば熱エネルギーがあるとして、その熱エネルギーを遮断する、例えば壁を用意した場合と、遮断しない場合とを考えてみよう。その全体の空間をある一定の温度にするためには当然遮断した方が楽である。そうじゃないか。遮断しなかったらものすごいエネルギーが必要だろ。そうだね。どうですか。で、タントラ・ヴァジラヤーナの場合は、その遮断をするわけだ、「秘密」という壁を作ることによって。そして、今度は大乗仏教の場合、遮断をしないわけだね。わかるかな。ということは、結果が出るのはどちらが早いかというと、当然遮断をした方が結果が早いと。そうだね。ただそれがもし漏れるならば、秘密の漏洩その他で漏れるならば、それはどうなりますか。そこから熱エネルギーがどんどん漏れて、外側に広がっていくけども、その熱の絶対的な量というのは大したことがないから、結局はどうですか。冷えてしまうよね。そうすると力がなくなってしまうと。

ヒナヤーナ仏教においては、もっと徹底していて、その人の周りだけ、周りがいくら冷えていても、その部分だけをあっためようとするわけだね。だから広がりからいったら、

タントラ・ヴァジラヤーナ、本当の意味でのマハーヤーナといった順番で広がるだろう。結果からいったら、衆生済度という点からいったら、それは機根——つまり今生で解脱する、修行するという機根があるわけだから、当然順番ではタントラ・ヴァジラヤーナが最も優れていて、次はマハーヤーナ、そしてヒナヤーナという順番になるだろう。それから成就のスピードからいったら当然ヒナヤーナ、タントラ・ヴァジラヤーナ、マハーヤーナという順番になるだろう。

それから衆生済度という点からいったら、当然マハーヤーナ、タントラ・ヴァジラヤーナ、ヒナヤーナの順番になるだろうということだね。これが三乗のメリットとディフェクトである。つまり三乗の長所と欠点である。いいですか。

◉すべての土台、ヒナヤーナ

そしていかなる形にしろ、必ずヒナヤーナをまず土台としなければならない。次に、ある程度のマハーヤーナを土台としなければならない、だろ。というのはヒナヤーナが最も本来は早くて楽なわけだから、衆生に利益を還元するために四無量心(しむりょうしん)というものがなければ、そのエネルギーを拡大し、そして壁をつくり、自分と縁のある者たちだけを救済する

というタントラ・ヴァジラヤーナの救済はできないよね。どうかな。ということは大乗のある程度の土台は必要であると。その上にタントラ・ヴァジラヤーナがある。もう一つの道はヒナヤーナと、それからひたすらエネルギーを拡散させ続けて、そのエネルギーがいかなる条件があったとしても、ある一定の強さを保つ形で済度する。これがマハーヤーナの救済だよね。そしてその上に、もしタントラ・ヴァジラヤーナの教えが乗っかったら、これは多くの人たちを秘密金剛乗によって済度することができるといわれている。

◉オウム真理教——理想的な宗教の形態

オウム真理教の教えは密教なのか、あるいは顕教なのか、よくわからないといわれる。というのはどういうことかというと、秘密の教えといいつつ例えば信徒に大っぴらにイニシエーションを募集したり、云々とよくある。どうだ君たち、今日の話でわかったんじゃないか。わたしが何を言いたいか。

つまりオウム真理教のマハーヤーナの教えというものは、確実なものであると。そしてその上に秘密金剛乗というものは乗っかっているわけだ。ということは、一般の、例えば十人、二十人の弟子たちを引き連れて、最終的にニルヴァーナに入ろうとするグルと比べ

て、例えばマハーヤーナ的な教えの上に秘密金剛乗の教えを乗っけている、ここにグルがいるとして、同じ方法をとるだろうか。言い方を換えれば、少しぐらいエネルギーが漏れてもいいじゃないかと、壁から。どうだ。

そしてその壁から漏れたってそれを引き上げるぐらいの、要するにエネルギーがなかったら、すべての魂をマハー・ニルヴァーナに入れ、絶対自由・絶対幸福・絶対歓喜というのを味わわせることはできないんじゃないか。どうだ。つまり心においては、絶対なるマハーヤーナの心を持つ、四無量心の心を持つ。そして技法においては、ヒナヤーナ、マハーヤーナ、タントラ・ヴァジラヤーナの三乗の教えを有する。これが理想的な宗教の形態ではないかとわたしは思います。どうですか。そして、それがオウム真理教です。

◉六つの極限をベースとして

では君たちは何の修行をやればいいんだ。まず、北伝の典型的な修行形態である、六つの極限。これは布施（ふせ）、つまり、財施・法施・安心施という布施の徹底。そして持戒（じかい）、そして忍辱（にんにく）、忍辱というのは耐え忍ぶと。耐え忍び、意志の力を強めるということだね。精進（しょうじん）。精進というのは二正勤二正断（にしょうごんにしょうだん）ということ。つまり、今行なっている、善法を増大させる。

まだ、今達成することのできない善法を増大させる。今行なっている悪業を滅する。未来において生じるかもしれない悪業を滅する。これが二正勤二正断だよね、そうだね。
　この、例えば二正勤二正断の、少し説明するならば、例えば布施、持戒、あるいは耐える力はあるとしよう。で、例えばグルからマントラをもらったと。で、例えばそれが三十万回だ、百万回と言われる。これをとにかく三十万回、あるいは百万回と唱えること、これが今行なっている善法を増大させることである。わかるよね。そして、早く達成して、その次にどういうマントラ、どういう詞章をもらえるかなと考えて修行すること、これが未来において、より多くの善法を増大させるということなんだね。
　じゃ、今行なっている悪業を滅するとは何かというと、例えば身の行ないにおいて、殺生はしなくなった。あるいは偸盗もしなくなった。しかし、例えば、いろんなイメージのけがれでオナニーをしたり、あるいはレンタルビデオで性欲を増大するようなビデオを見る。それを滅するぞと、ね。そして将来において云々というのは、今まだ全然綺語が取れないとか、あるいは自己保全をするための嘘がなくならないといったような状態の場合、その自己保全を、早く未来において必ず滅するぞと。これが今なしている悪業を滅し、そして未来において生じるかもしれない、あるいは、今生じているが、今滅することのでき

ない悪業に対してそれを断つと。これが二正勤二正断、つまり精進なんだね。

そしてこれらの修行を固めていくと、次は禅定のステージ、つまり瞑想ステージ、メディテーションのステージに入ります。そしてサマディに入り、サマディから智慧に到達し、そして遠離、離貪し、解脱すると。当然ここでの智慧・遠離・離貪・解脱というのは、在家の場合、あくまでもタントリックな修行になってくる。それは先程言ったとおり、例えば妻や子供がいる、あるいは今まだ学校に専念しなければならないとか。あるいは未来においてこういう仕事をしながら社会に貢献したいというような場合、それと並行して行なうわけだから、当然タントリックな修行になってくる。ところが今度は出家修行者の場合、そうじゃなくて、完璧にそのヒナヤーナの完成を行ない、そしてマハーヤーナ、タントラヤーナへと入っていく。まあ、こういう二つの形態があるわけだね。

◉出家の修行——八支の実践方法

そしてその二つの形態の、第二の出家に関しては、先程も言った八支の今度は聖なる道、これは八支の実践過程、実践方法というのがあるわけだよね。これは君たちもよく知っているとおり、まず正見解。正見解とは何かというと、この世は無常である。つまりいっさ

いは必ず壊れるものである。そして三苦というものを土台としていると。つまり、苦苦・行苦・壊苦という、つまり本質が苦しみであると。楽しみというものは変化し、苦しみに変わるんだと。そして、必ず楽しみというのは、破壊されてしまうと。この三つだけどね。この三苦を土台とした無常を根本とした、すべては幻影であると、ね。

そして、それを乗り越えていくためには、何をしなければならないかというと、当然、正しい思索である。正しい思索とは何かというと、四諦というもの、つまり苦しみ・苦しみの生起・苦しみの滅尽・苦しみの滅尽に至る道という、この四諦というものを土台とし、何をなせば楽になり、何をなせば苦しむのかということを徹底的に考える。例えば、殺生を離れ、偸盗を離れ、邪淫を離れることこそが、本当の意味でのニルヴァーナに入る道なんだということを悟る。

そして、綺語・妄語・悪口・両舌という四つの口の言葉を離れ、人に正しく語る、優しく語る、それから和合させるような言葉を語る、必要のない言葉を語らないという四つの実践を行なう。そして、実際に先程言った正思惟で考えた、殺生を離れ、偸盗を離れ、そして邪淫を離れるということを実際に実践する。これが正行為である。そして正生活は何かというと、日々の生活において教学し——つまり七覚支だね。この七覚支の実践を行な

う。そして、二正勤二正断の実践を行なう。
　そして、ひたすら同じものを記憶修習する。この記憶修習とは何かというと、例えば君たちがよく唱えている「ホー、湖面に映る虚像のような様々な幻影に引きずられ輪廻の大海を浮沈する生き物たち、彼らすべてが絶対自由・絶対幸福なるマハーヤーナにて安住することができるよう、四無量心込めて大乗の発願をいたします」。これなんか、まさに記憶修習である。これを一回唱えるのと、それから十万回唱えるのとは違う。まあ、現代的な知識という点から考えたら、知っていれば同じじゃないかと考える。ところが実際は違う。
　それはちょうど、例えばわたしたちが食事をするとき、箸の使い方を考えながら行なっているかどうかと。わたしの輪廻転生において、わたしはあんまり箸を使っていないから箸取りが大変悪く、どうやってつかまえようかいつも考えている。しかし、例えば日本転生の多い人は、あるいは中国転生の多い人は、ぱっぱと箸を使える。これはまさに前生において、何の記憶修習したかである。
　つまり考えないで、パッと詞章が出てくる。あるいは何かの、例えば君たちの周りの人が苦しんでいると。真理と縁がなくて苦しんでいるときに、パッと大乗の発願が出てきて、

この人を済度しなければならないんだというレベルまで大乗の発願が君たちに根づくかどうか、これが記憶修習である。

そしてそれを土台とし、つまりわたしたちの記憶を完全に、この人間の、あるいは三悪趣へ生まれ変わるデータから、そうではなくて人間界、憤怒天、戯忘天、あるいは梵天界、あるいは色究竟天、あるいは無色界、あるいはマハー・ニルヴァーナへと至るデータへと入れ替えて座る。そして思索する。これが正サマディである。これが出家の、今度は八つの実践方法ということになる。

◉四預流支によるデータの入れ替え

それと今度は、信徒さんに対して、徹底的に法の布施ができるかどうか、まあ、戒律が守れるかという、十四の徹底を実践する。これが出家の修行である。当然在家の到達点と出家の到達点は違う。しかし、どちらの到達点にしろ、その人が本気になり、人生すべてを修行に懸けるならば、それは大きな恩恵があるだろう。

では、その大きな恩恵をスムーズに得るためには、どのようにしたらいいのだろうか。それはまあ、みんなもよく知っているとおり、四預流支の実践である。つまりグル、シヴァ

大神（たいしん）を同一と考え、あるいは諸々の仏陀を同一と考え、心から帰依（きえ）をする。そして帰依をするということは、その教えを学び、そして布施、奉仕の実践をするということである。次に真理に対して、つまりその教えに対して、徹底的に帰依をする。この帰依とは何かというと、その教えを実際に記憶し、そしてその教えを流布するということである。布教するということである。そしてサンガに対して、つまりグルの弟子たちに対して、絶対的な清らかな心を持ち帰依をする。これはそのサマナのお手伝いをする。あるいはそのサマナが法を語っているとき、それをグルと見、その法を実践するということである。このまず第一の土台を固める。

そして第二の土台は何かというと、これはね、先程のその帰依とダブってくるけども、その教え、その教えを何度も何度も読んだり、聞いたり、あるいは話したりすることである。

そして三番目は、ただ単にオウム返しのように読んだり聞いたり話したりするだけではなくて、実際自分の行動に当てはめ考える、自分の言葉に当てはめ考える、自分の心に当てはめ考えるということである。これが第三番目の預流支である。

そして第四番目の預流支は何かというと、それを実際実践する。つまり実際にその法に

かなった言葉を使うことである、法にかなった行動をすることである、法にかなった心の働きを形成することである。これが四預流支である。
　そしてこの四預流支を科学的に分析すると何かというと、言葉・行為・心のデータを入れ替えるということである。それを繰り返し、繰り返し入れ替えるということである。

◉来世を決定するデータの修習

　実は、東京でもこの話をしたわけだけれど、まあわたしは今死んだら、おそらく人間界へ生まれ変わり、巨人軍のピッチャーのエースとして生まれ変わるだろうと。それは何かというと、六歳ぐらいから、わたしは何についてもすごく凝り性だから、大変な修習をしたわけだね。それはラジオを聴いたり、実際に見たりして、野球のデータを相当入れて、次に監督がどういう采配(さいはい)を振るうかとか、あるいはピッチャーがどういう球を投げるかとか、そういう修習をしたわけだけど、これを計算すると二万時間以上になるんだよ。そうするとその二万時間というのはどうなのかといったら、例えば飴(あめ)の修法が、まあ、一分から二分。多く見積もって二分だとして、十万個。そうすると、二十万分と。これを六十で割ると、そうすると、約三千時間強になるわけだね。ということは、その約七倍、つまり

七十万個、あるいは八十万個といった飴の修法を終わって、初めてその野球のデータを入れたデータと同等になるわけだよ。

もちろん修行のトータルの時間からいったら、もう野球のデータを超えているかもしれない。しかし、わたしが費やした無意味な時間、これは結局、この野球というのは何かというと、君たちも知っているとおり無智である。しかし、その野球は動物界にはないから、しかも思索が含まれているから、おそらく人間界転生だろう。次の生は三悪趣に生まれ変わるだろうけどね——ま、修行していなければだよ——ということである。そうすると、こういうことを考えると、わたしの中に形成した今生での五蘊（ごうん）、この五蘊はまさに無智を背景とした正しくない選択によって形成されている五蘊といえる。わかるかな。

よってわたしは、今もひたすら瞑想を続けている。あるいは先程言ったとおり四預流支の実践を続けている。そして今わたしはこう考えている。できるだけ長く生きたいなと。長く生きることによって四預流支の実践ができると。もっともっとデータを入れ替え、ひたすらデータを入れ替え、そして三悪趣のデータを完全に滅するしかないなと。

君たちはどうですか、何のデータが入っていますか。そうすると君たちの輪廻転生というものは、おのずからはっきりするんじゃないか。

◉速やかに覚醒を得るために

では、信徒が速やかに覚醒を得るためには何をなせばいいか。これは教学――つまり四預流支の実践だね。そして、その四預流支の実践一言に尽きるわけだけど、これをもう少し分析すると、教学・功徳・瞑想、そしてイニシエーションを受け、しっかりとその高度なテクニックを身につけるということ。この四つの土台を固め、自己のものにするならば、皆さんには絶対的な平安というものが生じるでしょう。

わたしの今日の話で、次のことがわかったはずである、つまり、修行には多くの方法があり、多くのステージがあるんだと。これはどうだ。それから信徒の中で、ある人は即結果が出、ある人は結果が出ない。これどうだ。例えば五蘊の中において三悪趣に至るデータを大量に放り込んでいる人がだよ、真理のデータを入れだしたとして、その人と三悪趣のデータが入っていない人がだよ、真理のデータを入れだしたとして、その人と同じ時間で結果が出るだろうか、どうだ。ということだ。そしてわたしは君たちと同等、あるいはそれ以上に三悪趣のデータを今生入れたと考えています。だからわたしは君たち以上に教学をし、瞑想をし、功徳を積み、修行していきたいと考えています。そして君たちが今日のわたしのこの話を聞いて、四預流支の実践をし、四つの実践をし、速やかに覚醒に至ら

んことを願い、大乗の発願を唱え、そして苦の詞章を唱え、最後に質問を取ってね、終わりにしたいと思います。

◉如来の意識の多重性

説法のつけ足し。『南伝』の中に如来というものは生きていることもなく、死んでいることもなく、未来において生じることもなく、あるいは過去において生じることもなく、現在において生じることもなくという教えがある。これはよく知っているね。

これは何を意味するかというと、今日のわたしの管と風と心滴の教えを考えたらよくわかるはずである。つまりどういうことかというと、例えば地獄の生(しょう)があったとしよう。それが土の状態である。あるいは天の生があったとしよう。それが、例えば空間であるとしましょう。いいですか。そうすると、如来というものは、特に大乗にタントラを加えた如来というものは、どうですか、そのいずれの生にもパイプがあり、そして、その生の空間を変えている意識の持ち主であると。どうかな。ということは、その人は、例えば地獄に住んでいるのだろうか。あるいは天へ住んでいるのだろうか。あるいは人間へ住んでいるのだろうか、どうですか。言えないよね。ということなんだよ。あの『南伝』の教えの背

景にあるものはそこです。

だから経典に書かれているのは、真に成就した者、真に解脱した者のみがその背景にある教えというか、背景にある、真にね、実体というものを知ることができるわけである。おそらくああいう経典を訳して……、まあ、オウム真理教の場合、わたしが中心となって、まあ、ヴァンギーサ師、あるいカンカー・レーヴァタ師たちと一緒にね、訳しているわけだけど、それを知らないで訳している人は、これいったい何を言ってるのかわからないと考えるかもしれない。それは生まれて死ぬという、ね、無常を起点として考えているからである。しかし、生まれ、死ぬということは、あくまでもそれは五蘊の中の色(しき)・受(じゅ)・想(そう)・行(ぎょう)というものが死滅するのであって、識(しき)は死滅しないんだということだね。

第三話　愛喜と苦悩を超えて

八九年五月三日

◉喜びの裏側には

今日は、五蘊における愛着を離れる意味合い、つまり解脱していく、辟支仏（びゃくしぶつ）として解脱していく意味合いについて話したいと思う。

では、まず愛喜（あいき）という問題から。愛喜とは何かというと、愛を喜ぶと。いったい、何の愛を喜ぶのか、ね。それは、わたしたちがこの肉体を持つこと、これを喜ぶんだ、ね。そして、わたしたちが、若々しくあること、これを喜ぶんだ、ね。そして、わたしたちの筋肉が隆々であること、これを喜ぶんだ、ね。そして、わたしたちのスタイルがいいこと、美しいこと、これを喜ぶんだ、ね。

ではだ、いったい愛喜の裏側には何が存在しているだろうか。当然、苦悩が存在している。例えば、わたしたちが若々しいことを喜ぶとするならば、その終わりである老い、あるいは死だ、これに対してわたしたちは苦悩しなければならない。

もし、ここに無智の人がいるとするならば、完全なる無智な人がいるとするならば、老死を知らず、そして今の若さだけを見つめ、ただ喜んでいると。そして、もしわたしたちが筋肉隆々であること、筋骨たくましいこと、これを喜ぶならば、年を取り、筋肉衰え、皺が出て、そして死んでいかなければならないと。そのときの衰えというものは、大変な苦悩である。

もし、わたしたちが美しいこと、あるいはスタイルがいいことを喜ぶならば、例えば今のわたしみたいに、ねえ、八〇キロ近い体重になる、これは悲しみの材料となる。あるいは年を取り、皺が出てきてね、美しさが変貌すると悲しまなければならない。これが、色の愛喜と色に対する苦悩である。

◉感覚が生む喜びと苦しみ

では、感覚はどうだろうか。感覚の喜びとは何だろうか、ね。例えば、美しいものを見たときの喜び、ね。例えば、甘い香りをかいだときの喜び。例えば、美しい声を聞いたときの喜び、ね。例えば、おいしいものを食べたときの喜び。例えば、心地良い感覚を味わったときの楽しみ、ね。例えば、心地良い言葉を聞いたときの楽しみ。これが、受に対する

愛喜である。
では、受に対する苦悩とは何だと、ね。それは、醜いものを見たときの苦悩である、ね。あるいは、聞きたくないような音、音楽、声を聞いたときの苦悩である、ね。あるいは、例えばトイレのにおいみたいな、かぎたくないにおいをかいだときの苦悩である。そして、味わいたくないものを味わったときの苦悩である、ね。
そして、肉体に苦痛を受ける、あるいは、例えばやけどをするときの熱感だとか、あるいは冷たさね、極度の冷たさ、こういうものを味わうときの苦悩である。あるいは、心を苦しめるような言葉、あるいは考えを聞いたときの苦悩である。
これが感覚の愛喜、受の愛喜と受の苦悩である。

●表象の渦の恐ろしさ

では、わたしたちの表象(ひょうしょう)の、表層意識における愛喜とは何だろうか。これは、わたしたちがある程度徳を積み、そこで経験するイメージというものがなかなか楽しい。そのイメージに入っているときに楽しみを味わう。その表層に巻き込まれたときの楽しみ、これが表象の愛喜である。

そして、表象のいったい苦悩とは何だ。これは、わたしたちが、例えば不安という条件があって、そこから登場するいろいろな表層想念の渦に巻き込まれたときの苦悩である。例えば、あしただれかに叱られるんじゃないかとか、ね。例えば、なんとなく人に痛めつけられるような感覚があるとかね。例えば、なんとなく病気しそうな感じとか。例えば、なんとなく、両親に何か起きるんじゃないかというような感覚とかね。これは、徳がなくなったときに生じる表層の苦悩である。

◉意志の愛喜と苦悩

では、行、つまり、意志の愛喜と意志の苦悩は何だろうか。意志の愛喜とは、まず自分が決めたことが達成できたときの喜びである、ね。例えば、大学へ合格する。例えば、好きな人を手中にする、ね。例えば、お金を得たいと思って得る。例えば、買いたいものが手に入る、ね。これが、行の愛喜である、ね。行というのは意志だね、意志の愛喜である。

では、意志の苦悩とは何だろうか。例えば、自分がなしたくないことをなさなければならない。例えば、自分の決めたことができない。

自分の決めたことができないのはそれはそれでいい。しかし、例えばここに盗賊があっ

て、その盗賊は逃げ延びようと一生懸命努力していたと、ね。捕まったら、拷問を受けて死刑である。そして、ある段階まで盗賊は逃げ延びることができた。盗賊はそこで喜んだ。俺はこれで逃げ延びられるぞと。そして国境近くまできた、ね。

ところが、そこにいた警官に捕まって、そして拷問を受け、自分が死にたくないような、例えばギロチンにかかるだとか、例えば絞首刑にかかるだとか、例えば電気椅子にかかるときの苦悩は、いったいどのようなものだろうか。

もちろん、感覚的な苦悩はあるだろう。しかし、心において、その自分が生きたいと願う、もっともっと生命を長引かせたいと願う意志が切断されたとき、遮断されたとき、いったいどのような思いが生じるだろうか。これが、行の苦悩である。

◉識のデータと理解

そして、識の愛喜とは何か、ね。これは、修行者にしかなかなかわからないんだけども、要するに潜在意識のデータ、このデータが大変な功徳があって、それが素晴らしいデータとなって蓄積されていると、ね。そして、わたしたちは潜在意識に動かされているわけだから、この現象の生活そのものも大変幸福である。これが、識における愛喜である。

では、識における苦悩とは何だろうか、ね。それは、わたしたちが悪業を積み、その悪業によって、わたしたちの識のデータが、正しくないデータが入る。そうすると、例えばこの現象の生活においてもね、なかなか思うように生きることができないと。もちろん、君たちが瞑想を深めていけば、その識、その識がいったいどういうデータを持っているのかということに気づくだろう、ね。それで、その識を知るならば、自分の、もともと持っている識自体がどれほど濁っているデータなのか理解できるはずである。

この識の説明はなかなか難しい。しかし、例えばケイマ大師（たいし）（現在は最上善逝（さいじょうぜんぜい））だとかマハーカッチャーヤナ大師（現在は師）だとかの瞑想体験を聞いていると、自分の識がどれほど、例えば、綺麗な部分と濁っている部分があるかという話をよくする。これは、三昧（さんまい）に入ってのみね、わかることなんだね。その識の愛喜、そして苦悩、これを理解する。

◉邪悪なデータの消滅

ではだ、色・受・想・行・識、今の言葉でいうならば、この肉体、それから感覚、それから表層意識、それから意志、それから意識といった、この五つのね、蘊（うん）、つまり集まりだ、この集まりの愛喜と苦悩を知っていったいどうなるんだと。

この愛喜と苦悩を知るということは、これから出離するための条件なんだ。出離とは何か。この五蘊からいで離れることなんだ。では、いで離れるとはどういうことだ。それは、例えば四つの善行を行なう。例えば、瞑想をする。こういうことによって、自分のまず五蘊を知り、その愛喜とそれから苦悩を知り、ね、そしてそれに対して綜制（そうせい）を加え、つまり精神の集中を加え、外していく。これが出離である。

ではいったい、一つのデータを外すのにどれぐらいの時間がかかるんだ。だいたい、二時間かかる。二時間以上一つのデータに対して集中しきるならば、当然そのデータを消すことができる。そして、集中するために必要なこと、それが先程言った悪業を滅し、善業を増大させることなんだと、ね。

ということは、今あなた方が行なっているワーク（出家修行者の奉仕行）、これはいったいどういう意味があるんだと考えたら、まず功徳を増大させている。そして、それに集中する訓練をなしている人は、瞑想修行に入ったとき、楽々二時間、三時間、四時間とね、瞑想修行ができる、ね。そして、シッシャ（出家修行者）であるからには、当然戒律というものがあるから、悪業をなさなくてすむ。よって、君たちは出離ができるというわけだ。

そしてね、釈迦牟尼の教団ではこういう罰があったんだよ。これは、だいたいオウムで

いうならば、大師格の者がね、新しいシッシャを教育するわけだけども、そのシッシャの、ね、あまりにも質が悪く、いつも戒を破っていると、その善行を増大させるための瞑想法、あるいは生活規範をね、逆に崩してしまう。善行の手伝いをしないといった戒があったわけだね。

だから、いかに四つの断が重要であるか、そして、君たちが小乗の解脱をする際ね、この愛喜・苦悩・出離といった三つのプロセスが必要であるか。それをよく理解してほしい。

はい、それでは今日の講話はこれで終わります。

第四話　五蘊とプラーナ

八九年四月二十日

◉五蘊を動かしているもの

今日はね、少し高度な話をしたいと思います。

まず、わたしたちを構成している五つの要素、ね、これは何だかわかるかな。色・受・想・行・識という五つの要素がある、ね。色とは、わたしたちの肉体である。受とは、わたしたちの感覚である。想というのは、わたしたちの表層の意識である。行というのは、わたしたちの意志である。識というのは、わたしたちの意識である、潜在の意識であるといわれている。

ところでだ、いいかな、色・受・想・行・識、これは、いったいわたしたちであろうか、という質問に対して君たちはどう答えるか。では、色・受・想・行・識は、わたしたちの本来のものではないと言い切れるか。

実はね、今日の話というのは、この五蘊とそれからプラーナ、この関係の話をね、君た

ちにしたいと考えているわけだけど、この五蘊を動かしているもの、これがプラーナなんだよ。そしてね、正しい言い方をするならば、五蘊イコールわたしたちのものでないと、わたしたち本来のものではないと断定することもできるんだけども、それがまだ断定できない。ずいぶん、曖昧(あいまい)な言い方だね、これは。

それは何であろうかといったならば、例えばここに一本のバラの花があるとしよう。そうすると、そのバラの花から発するにおい、ね、そしてバラの花、この二つというものは、切り離せるものであるかどうかだ。

現代では、ね、そのにおいの源が何であるかわかっているから、当然切り離すことができる。しかし、今から二千五百年前の仏陀釈迦牟尼の時代はどうだったと思うか。切り離せなかったよね。人工的に、においもつくることが当然できなかったし。

◉プラーナをコントロールできれば

でだ、このにおいとそれからバラの花、この関係とね、プラーナとそれから五蘊との関係、これが同じである、ね。

いったい、何をわたしが言いたいのか。ここに真我と三グナがある、ね。まあ、三グナ

によってプラーナは構成されているわけだから、当然三グナがある、ね。そして、五蘊がある、ね。

例えば、肉体は見ることができる。これはOKだな。どうだ。しかし、例えばね、だれかが死んだとして、その魂が抜け出してだよ、その後、肉体をわたしたちは見ることができるかといったら、どうだ、当然できるよね。そうでしょう。よって、肉体はわたしたちのものではないといえる、ね。

しかし、もしだよ、それにだれかがプラーナを使ってね、その死んだ肉体を動かそうとするならば、肉体は動くわけだよね。よって、もし完全にプラーナをコントロールできる人間がいるとするならば、肉体は我がものであるといえないかな。どうだ。ということは、肉体は我がものでないともいえるし、我がものであるともいえる。

つまりどういうことかというと、肉体を動かしているプラーナをね、わたしたちがコントロールできるかどうかで決まるんだということ。そして、そのプラーナこそ、わたしたちの心――あるいは、真我といった方がいいかもしれないね――にダイレクトに影響を与えるものである。

では、いったいなぜそういえるんだといったら、シャクティーパットがあるよね。これ

はミラレパ大師（現在は供養値魂）の話だけども、ケイマ大師がシャクティーパットをなさるときに、そばで、ね、ミラレパ大師がそれを見ていたと。すると、ケイマ大師の顔が、どんどんおばあさんになっていく。老化していくと。

これはどういうことだ。つまり、相手のプラーナがケイマ大師の肉体に影響を与えるわけだよね。わかるかな、言っていることは。そうすると、そのプラーナの純度が低ければ低いほど、彼女は老化した状態になるよね。どうだ。そして、例えば相手の状態というのはどんどん良くなっていく。

そして、ね、今日わたしが話したかったもう一つのポイント。なぜ、クンダリニー・ヨーガではなくて、マハー・ムドラーを成就した後シャクティーパットをやらせているかというと、心の成熟、あるいは真我の成熟度みたいなものがあって、それとプラーナとの関係、ね、これを考えるとだ、心が、あるいは真我がね、成熟していればいるほど、そのプラーナの本質というものを、直感的に、どうだ、理解していると思うか、していないと思うか。

理解しているということは、それに対して感応しやすいと思うか、しづらいと思うか。しにくいね。あるいは、いったん感応したとしても、それからまた解放されて元の状態に戻りやすいと思うか、戻りづらいと思うか、ね。

◉微細な解析ができればできるほど……

もしだ、ここにね、二つの食べ物があると。においは全く同じである、ね。味覚はわからない、ね。味覚がわからないとはどういうことかというと、ね、ムーラダーラ・チァクラしかね、本当の意味で使われていない生き物があったとして、ね、においはわかるんだけど味は全くわからない。

で、その二つの、いいかな、においというものは、同じであるとしようね。これを食べたとして、その食べた主体、これは同じ物を食べたと思うか、違う物を食べたと感じると思うか、どうだ。――同じ物を食べたと感じる、そのとおりだね。

ではもう一つだ。じゃあ次は、ね、味覚がはっきりとあって、その味覚が識別できる力を持っている。そして、この二つの食べ物が違ったとするならば、どうだ、この二つは同じであると見ると思うか、違うものであると見ると思うか。――これが、成熟をしている魂と成熟をしていない魂の違いなんだよ。わかるかな、言っていることは。

つまり、微細な解析ができればできるほど、どうなる。客体というものに対して、より正確に見ることができる。それをね、心の成熟だといっているんだ。そして、このプラーナをより微細に観察できればだよ、これはわたしのプラーナではないと、これはわたしの

プラーナであるということが理解できるわけだ。ところが、もし真我が鈍感だと、どうなると思うか。どうだ。先程の味覚のない主体と同じように、その差がわからなくなる。

◉徳の高さとプラーナ

　では、いったい何をわたしは言っているんだ。はい、もう一つ本題に戻ろう。いいかな、もう一回本題に戻るよ。色・受・想・行・識は、我が本体ではない。これはOKだね。しかし、それにプラーナがミックスされたときに、我というものが存在するわけだね。いいですか。そして、この我というものをまず分離し、ね、分離というのは何かというと、その五蘊とプラーナを分離しだよ、そしてそのプラーナの本質を理解すること、これが修行なんだよ。いいかな。

　そして、そのプラーナの質が高くなること、これを功徳を増したというんだ。そして、プラーナの質を低下すること、これを悪業を増したというんだ。そして、いいかな、ここが大事なところだよ。だからこそ、地獄とね、それからスメール山の天界と、その上の夜摩天ね、観史多天ね、楽変化天ね、他化自在天と、あるいはブラフマンの世界と、あるいはヴィシュヌの世界と、あるいはシヴァの世界といった世界が存在するんだということだ。

じゃあ、今わたしの言った意味はどういうことだ。——わたしが、なぜ君たちに難しい話をしないかと、要するに高い悟り解脱の話をしないかというと、君たちが無智すぎるからだ。だれか、わたしが今言った意味はわかるか。

わたしたちの本体というものは、真我と、ね、それに感応したプラーナだという話をした。そして、徳が高いとどうなる。純度が高くなると言ったよね。そして、ということは軽くなるということだね。だから、当然上へ行く。

では、煩悩性のチァクラは上か下か。

（弟子）下です。

（尊師）そして、チァクラというものは、どうだ、プラーナと関係のある部分か、部分じゃないか。

（弟子）関係がある部分。

（尊師）そして、わたしたちが上のチァクラを少しずつ少しずつ使っていくということは、どうなる。プラーナの質を？

（弟子）上げる。

（尊師）そして最後にだ、わたしたちがプラーナから解放されたらどうなると思うか。

（弟子）絶対自由・絶対幸福・絶対歓喜。

君たちが、今日聴いた説法というのはね、これは、ヨーガの理論と仏教の理論が同一であるという、一つの証明の話なんだ。今まで、この話については、だれも説き明かしていない。つまり、修行者にとっては、最も価値のある話のはずだ。こういう話のときに眠気が出るということは、未来際において決して最終の解脱がないだろうと考えてよろしい。なぜならば、真我がそれを欲求していないからだ。

仏教では、これを先程言ったとおり、花と香りという表現を使っている。ヨーガでは、ね、それをプラーナと、それから、まあ五蘊という言葉は使っていないけど、例えば肉体とか心という言葉を使っている。しかし、これは同じだ。

そしてこれに気づくと、人間の本体、これは大した意味があるのではなくて、単なるカルマの産物なのであってね、今生でわたしたちが磨き上げていかなければならないもの、それはプラーナであるということがわかる。そして、一般にいわれている邪気というものは、そのプラーナのけがれた部分であると。理解できるか。

そして、人に対して判断をするとき、何をもって判断をしたらいいか。君たちが、もしプラーナを感じられるようになると、どうなる。その人が徳の高い人であるか、徳の低い

人であるかわかるよね。どうだ。

◉神通とプラーナ

それからもう一つ、神通について少し語ろうか。例えば、他心、例えば、天眼、ね。もし、心の働きによってプラーナが動くとするならば、どうだ、他心通というのは、案外簡単だと思わないか。そのプラーナの動きを自分が読み取るようになれば、当然他心通は生じるわけだよね。どうだ。

つまり、大切なことはプラーナの動きを理解する、まず訓練をしていく。そして、高いプラーナを使う訓練をしていく。どうだ。そして、最後はプラーナから解放される。どうだ。

はい、では最後にだ、ということは、言い方を換えるならば、ここにプラーナがあって、そのプラーナは媒体であるということができるよね。それは、わたしたちの心を動かすものであるということができるよね、どうだ。逆に、わたしたちがそのプラーナを超越するならば、プラーナを動かすことによってすべてを動かすことができるということができるよね。どうだ。

はい、では君たちに質問しよう。マハーモッガラーナの話でね、マハーモッガラーナが入滅（にゅうめつ）するとき、バラモンに命令された盗賊が彼を殴りつけて、そして、それによって、入滅したということになっている。そのとき、マハーモッガラーナは、カルマの力によって神通を使うことができなかったとなっている。これはどういうことだ、今のプラーナの理論からいくならば。どうだ。

そのとき、個人のプラーナの流れではなくて、もっと大きな、宿命的なプラーナの流れがあって、その宿命的なプラーナの流れというものは、個人のプラーナの流れを阻害するのかしないのか、どっちだ。それによって、彼の心は、もっと大きなプラーナの流れに支配されたと。いいかな。ところが、仏陀釈迦牟尼はそういうことがいっさいないということになっている。これはどうだ。

◉求道心を持て

ここでね、大乗経典の阿羅漢（あらはん）と仏陀とは違うんだという話になってくるんだよ。まあ、この内容についてはちょっと難しいから、ね、また次回に話すことにするけども、君たちが、もしだよ、わたしはたくさん説法が聴きたいと、わたしは法を学びたいんだという気

持ちを持って日々のワークにいそしんでいるとするならば、わたしは君たちにもっともっといろいろな話をするだろう。

しかし、そうではなくて、ああ、寝るのは楽しい、食べることは楽しい、供養を受けることは楽しい、愛着することは楽しい、現世のことを考えることは楽しいと、ね。このような修行者であってね、求道心のないような状態を、そのような心を君たちが持っているとするならばだ、わたしは、君たちに対して説法をすることができなくなる。

そして、それどころか、わたしの存在そのものの意味がなくなる。ということは、どういうことだと思うか。わたしの存在理由がなくなるということはどういうことだと思うか、君たちは。わたしが涅槃するということだ。君たちが必要だと考えるならばここにいるだろうし、君たちが必要でないと考えるならばいてもしょうがない。

君たちは、類い稀な徳の持ち主である。だから、同じ国の言葉を使って講話を聞くことができる。しかし、君たちは真理に対する求道心がなさすぎる。言い方を換えるならば、あまり苦がないんだな。デーヴァ的な要素が強すぎるんだ。

しかしそれは、ね、例えばだよ、欲六界の上にアストラルの世界があると。これは、大きく分けると七つに区分することができる、ね。小さく分けると、十七に区分することが

できる、ね。そして、その上のコーザル世界は、五十三にね、区分されている。
例えば、わたしがそのような話をしたいと考えていても、そして、その世界に至るための道を君たちに説きたいと考えたとしてもね、君たちがもっともっと求道心を持たないと、君たちがすべての徳を、自己の霊的な向上のために、ね、意識を集中しないと、わたしは話すことができないんだ。なぜならば、そのようなね、約束になっているわけだね。
そこをよく考えて、今日からね、一分、一秒たりともおろそかにせぬようにして、それに集中して道を求めてほしい。いいね。
はい、では、今日の話はこれで終わろう。

第二章　仏教奥儀の真髄

第五話　転生を見すえた修行の土台　九一年二月十七日

◉魂落下のプロセス

魂が落下していくプロセス、これが十二縁起の法である。
十二縁起のプロセスを簡単に説明すると、まず、真我が三グナに干渉される。ここで無智、あるいは無明という煩悩の最も根本的な働きによって、一部の魂はそこから落下する。そして本来自分に備わっているはずの絶対自由・絶対幸福・絶対歓喜という三つの条件をかなぐり捨て、外的なものに対して、それよりももっと素晴らしいものがあるんじゃないかなといって、落下が始まる。そして、その結果、名色が生起する。この名色とは何かというと、自と他の区別である。そして、この自分と外界、対象に対して、その差異によって楽しみを求めるようになる。これが仏教的な言葉を使うならば愛である。そして、その楽しみを何度も何度も修習するようになる。修習することによって貪りが生じる。そして、執着、つまり取著が生じる。この取著が生じることによって、対象に対して、これは我が

ものであると、これはわたし自体のものである、よって、このわたしの得ようとしている対象を傷つけるものは何人たりとも許さないと。ここで嫌悪が生起する。そして、完全な形での分離が生じ、有、つまり、欲界・色界・無色界のどこかの世界へ転生し、そして、生が生じる。

未熟な魂はこの生を楽しむ。実際は楽しむということは正しくなくて、求め続けると言った方が正しい。おかしい、おかしい、わたしの求めている楽しみはいったいどこにあるんだと。これでもない、これでもないといって楽しみ続ける。そして、その背景にある、苦しみに少しずつ少しずつ気づくようになり、自分自身が楽しみだと思っていたものは、実際は苦しみだったんだということに気づくわけである。

◉苦から解脱へ

ここでのポイントは、この苦しみであるということを認識した後、真我が独存位に即帰れればいいのだが、その前の十二のプロセスが弊害となり悪戦苦闘が始まる。そしてまず、苦しみを取り除くために、今まで落下したプロセスの逆向きの道、つまり求める方向から引っ込める方向へと思索が始まる。

そして、ある人は仏教に、ある人は原始ヨーガへと傾倒していく。ここでしっかりしたグルにつくことができるならば、しっかりとした信が持て、そしてクンダリニーが覚醒する。クンダリニーが覚醒することによって、悦、つまりエクスタシーが生じる。このエクスタシーはわたしたちをこの現象界へと縛りつけている、例えば味覚による喜び、あるいは性的な喜びといったものよりも、強いエクスタシーを与える。よって、まず、この性的な喜びや、あるいは食物を食べることによって得られる喜びからの解放が始まる。

なぜ、ここで解放が始まるのかというと、わたしたちはこの性的な喜びや、あるいは食物による喜びを何度も何度も修習しているから、瞑想によるエクスタシーがたとえ生じたとしても、その本当の価値と、それから自分たちが抱いてきた幻影の価値との比較、この比較が正確にできないわけである。

しかし修行が続き、クンダリニーが覚醒し、そのエクスタシーが頂点に達し、体がしびれるような最高の喜悦の状態が生じると、わたしたちは性的な喜びや、あるいは食物による喜びから解放される。

そして、このエクスタシーはわたしたちの心に大変なる喜び、しかもそれは実体のない喜びを提供する。普通、魂は対象を得たときに喜びが生起するが、その対象がない状態で

喜びが生起するということは、もともとそれこそが、本当のわたしたちの求めていた一つの要件であったことに気づくからである。

　つまり、外的対象による喜悦より、内的エネルギーが生み出す喜悦こそが真我の求めていた喜びだから、それによって本当の喜びは生起するわけである。そしてそれにより、いろいろなストレスから解放される。なぜならば、ストレスは対象と、それから魂との間によって生じる一つのギャップによって、ストレスが生じるわけである。ということは対象なくして喜悦・喜びという二つの条件が備わった段階で、心身が大変軽快となる。そして、魂は対象に対していっさい心が動かないで、そして内側が充実した状態、楽を経験する。この状態に入ると、外的刺激に対して反応しなくなり、内側の世界の散策が始まる。これがサマディである。

　そして、今までの自分の邪悪見解、あるいは謬見解（びゅうけんかい）に気づき、如実智見（にょじっちけん）となる。如実智見となるがゆえに食欲や性欲だけではなく、いろんな要素に対して貪りを離れる。そして貪りを離れることにより独存位の境地、つまり解脱が生じるわけである。

　これが小乗仏教のすべてである。しかし、このような内容は講話で聴くべきものではない、本来は。本来はあなた方が自分たちの修行によって、あるいは記憶修習によって経験

しなければならないものである。
オウム真理教の前身である「オウム神仙の会」、そしてオウム真理教の初期の当時は、わたしが信徒の皆さんの修行の指導にあたり、そして多くの神秘的な体験をその場で与えていた。そして今年の三月から、例えばね、三月の超能力セミナーあたりから、少しずつ以前と同じような皆さんに神秘的な体験を、まず、していただこうかなと考えています。
まず、手始めとしては超能力セミナー。この超能力セミナーに実際出て、この六時間の厳しい修行の間に、皆さんに真実の体験というものをね、していただきたい。これは、わたしたちが苦から解脱へ至るための第一歩である。

◉真我を成長させるためのプロセス

では、この無明から始まり解脱に至るプロセスは、なぜ必要かというと、無智を取り払うためなのである。あるいは無明を取り払うためなのである。つまり、大いなる経験、そして経験によって、経験そのものが苦であるということを認識する、そして解脱するという、真我を成長させるためのプロセスなのである。
では、この解脱に至るプロセスは、どのようにしたら認識できるのか。それは、まず、

この現象の成り立ちについて、わたしたちは小さいときからいろいろな教えを受けている。しかし、そのような謬見解にとらわれるのではなく、本質的な教えを繰り返し繰り返し記憶し、それにのって考える。これが必要なのである。

では、基本的な考えとは何かというと、まず、わたしたちの身・口・意における善業を増大させ、そして悪業を滅することである。では、その根本となすものは何かというと、すべてを認めるということである。ではいったい何を認めるんだと。それはすべての魂の生存、すべての魂の安らぎ、そして、すべての魂の至福というものを認めるということである。そして十戒にしろ、あるいは三つの布施にしろ、そこがポイントになっている。

例えば例を挙げてみよう。殺生、これは魂に大変な苦痛を与える。よって、なしてはならない。偸盗、これは盗まれた方にやはり大変な苦痛を与える。よってなしてはならない。邪淫、これは盗まれた異性の対象に対して大変な苦痛を与える。よってなしてはならない、となる。

しかし、いにしえの聖者方は単純にそう説かず、その時代、その時代の観念に合わせ、その時代の人が実践しやすいような風潮をつくったわけである。

もともと、この世は心がつくり出した幻影である。そして、この幻影を打ち砕くために

は、以前わたしたちと同じように苦しみ、そして上流の流れ、つまり欲界・色界・無色界へと至る流れに乗り、最終の解脱を果たした多くの魂の道しるべを、一つ一つ確認しながら進むということが大切なのである。

◉叡智へと至る六つの道しるべ

では、その一つ一つの道しるべとは何か。あるいは何を根本とすればいいのか。それは、出家においては聖なる八支の道であり、在家においては六つの極限である。

ここで、六つの極限のメリットを少し話をしたい。六つの極限の第五番目。これは正サマディということになる。この正サマディの徹底は、わたしたちが布施の徹底から二正勤（にしょうごん）二正断（にしょうだん）の徹底に至るまでの実践を行ない、それを実際に究竟（きゅうきょう）の瞑想によって理解するプロセスである。

究竟の瞑想とは何かというと——ここで言うね——無思考の状態に入り、そしてわたしたちのバルドーがいったいどのような形成状態にあるのかと。要するに、それまでの布施の徹底ができているかと、あるいは持戒（じかい）の徹底ができているかと、あるいは忍辱（にんにく）の徹底ができているかと、あるいはそれをチェックするための、精進（しょうじん）の徹底はできているかという

ことを見ること、これが第五番目の正サマディの徹底である。

例えば例を挙げるならば、最終の解脱をすると、色界の光と、そして欲界の光、この二つの光が絶えず自分自身を包んでいる。そして黄色い光の色界の光が、例えば自分を包んでいる場合、「ああ、わたしは貪りのカルマがまだ強くて布施の心ができてないんだな」と、「もっと布施の徹底をやるべきである」と。あるいは情報の光が、例えば白い光であるならば、「わたしはヴァジラサットヴァの功徳は積んでいるが、まだヴァイローチャナには至っていないんだな」と。あるいは、この欲界や色界の光のバックに黒い光が存在すれば、「わたしの無明は、まだ完璧に止滅しているわけではないんだな」と。これが正サマディの徹底である。

そして、自分自身の修行をそれにより修正し、最終的には叡智（えいち）の徹底ということになる。この叡智には二通りの意味合いがある。第一の意味合いは神秘的な力、これを有するということである。その基本は六神通、六つの神通ということになる。そして第二の叡智は、これは素晴らしい思索力。つまり、すべての現象を見抜き、そしてそれを動かすということである。

◉六つの徹底の完成のために

　では、この六つの徹底を完成するためには、何をなせばいいのだろうか。それは四預流支の実践である。では、四預流支とは何かというと、まず三宝に対する帰依である。この三宝とは、まず覚醒者、真理、そして、真理に集う者に対する帰依となる。オウム真理教においてはグル、そして真理、そして教団ということになる。これが第一番目の預流支である。

　この預流支という言葉の意味合いは、先程も述べた、欲界から色界、そして無色界をぶち抜き、最終の解脱をする流れに身を投じる、身を投じるための支え、これが預流支である。

　では第二の預流支とは何かというと、これは正記憶修習ということになる。つまり、真理のデータをいかに多く根づかせるか。なぜならば、わたしたちは小さいときから正しくない見解をたくさん学んできている。それに対して、真理のデータを同じぐらい入れないと、正しくフェアーに判定することはできない。そういう意味で第二番目の預流支、これは正記憶修習ということになる。

　では第三番目の預流支は何か。これは、その正記憶修習したものにのっとり、わたした

ちの身・口・意について熟考する。あるいは諸現象について熟考するということである。これによって教義の理解が深まり、そして苦蘊（くうん）からの解放が始まる。

では第四の預流支は何か。これは三で考えた身・口・意に対する熟考、諸現象に対する熟考を実際に実践するということである。

つまり、この四預流支とは、まず、何をなすかの規定をなす、これが第一番目の預流支である。二番目は、その帰依をした、あるいは規定、この規定に対してしっかりと知識を根づかせる。三番目はその知識を十分に分析し、使いものにするようにする。四番目は使いものになった、その思索レベルを実践段階に移行する。

実はこれは、この現実の社会において生きる上においても大きな利益を与えてくれる考え方である。例えば、自分自身がどのような生き方をするのかと、ね。例えば、それは自由主義にしろ、あるいは共産主義にしろ、あるいは、その自由主義でも共産主義でもない政治的な考え方にしろ、まず、その根本的な土台となる本、あるいは人に対して傾倒する。二番目はその人の政策、これを何度も何度も読む。三番目はそれを自分の生活に当てはめてみる。四番目は実践する。それをなすならば、例えば日本にいても共産主義の実践ができるし、あるいはアメリカにいても共産主義の実践ができるし、あるいはソビエトにいて

も自由主義の実践ができるということになる。
そして、いかなる邪悪な空間にあったとしても、この四預流支を繰り返し、繰り返し実践するならば、わたしたちは真理から外れることなく、必ずや上流に至り、アカニシタ天、つまり色究竟天（しきくきょうてん）へと転生し、マハー・ニルヴァーナへと入るのである。

◉堅固な修行の土台を

ところで、オウム真理教は一九九一年に入り、ベクトルが下降から上昇、つまり発展の方向へと向かい出した。これはひとえに、一生懸命マスコミや権力がオウム真理教を叩いていて、その叩かれている間に、わたしの出家した弟子たち、あるいは信徒の皆さんが一生懸命、教学、瞑想といった修行の土台を固めていた結果に他ならない。
これはちょうど次の比喩（ひゆ）にたとえることができる。ここに二本の杭を考えてみよう。一本目は十メーターの杭、二本目は六メーターの杭。一本目の杭を五メーター打ち込む。二本目の杭を一メーター打ち込む。ね。そしてこの杭の大きさを同じだとしよう。わたしたちが視覚的に見ることのできる長さは五メーターであり、杭の大きさは同じである。しかし、この杭に対して横から力を加えた場合、十メーターの杭は安定し、なかなかもぎ取れ

るということはないであろう。ところが第二番目の六メーターの杭は案外あっさりともぎ取ることができるであろう。これは何を意味しているかというと、記憶、そして記憶修習の違いを意味しているのである。

わたしたちが、この人間の生、そして死、そして中間状態、これを正確に正しく生きるためには、それほど深く真理を根づかせなければならないということなのである。そして、これだけ深く真理を根づかせるならば、いかなる魔の軍勢に攻め込まれたとしても、平然とそれをはねのけ、最高の至福、最高の歓喜、最高の自由を得ることができるはずである。

第六話　詳説・十二縁起の法

八七年五月二日

◉苦界へのプロセス――十二の段階

今日はね、縁起の法について考えてみよう。これはちょっと難しいよ。わたしたちは何ゆえにこの苦界に生まれたのであろうかというね、生き物が苦界に生まれ出た理由というか、プロセスを追って解明しているものなんだよ。苦界というのはね、欲界・色界・無色界の三界を指しているんだ。わたしたちが現在いる人間界はこのうちの欲界に属している。したがって苦界の一つなんだね。

苦界に入ったプロセスは次のようになる。ざっと流すよ。無明ありて行あり。行ありて識あり。識ありて名色あり。名色ありて六処あり。六処ありて触あり。触ありて受あり。受ありて愛あり。愛ありて取著あり。取著ありて有あり。有ありて生あり。生ありて苦あり、とね。こうしてわたしたちは迷いの生を受けるんだと、釈迦牟尼如来は言っている。ちょっと今日の講義は難しいからね。まだ、わからなくてもいいよ。今から一つずつ正確

な意味合いも含めて説いていくから。

◉無明ありて行あり

じゃあ、まず、無明ありて行ありとは何か。はい、君、無明ありて行ありとは何ですか。

(信徒A) 無明ありて行ありですか。

(尊師) はい、そうです。

(信徒A) 無明とは無智のことです。

(尊師) それは、言葉の遊びだ。無明が無智になろうとだよ、同じだろう、それは。言葉を理解したことになるか。無明とはどういう状態かとわたしは聞いている。

(信徒B) 真理に疎いことです。

(尊師) 真理に疎い。おお、いいねえ、なかなか。では真理とは何か。

(信徒C) 絶対自由。

(尊師) 絶対自由、それと?

(信徒C) 絶対幸福。

(尊師) なかなかいいね。

真理というものは、わたしたちの真我が独存に入っていることだ。このとき、絶対自由であり、絶対幸福であり、絶対歓喜という状態なんだ、ね。そして不滅でもある。いいかい。これが真理なんだよ。わたしたちの真我は、本来この状態であった。
ところが、その独存の状態にあった真我にね、三グナが干渉し出したんだ。その三グナの干渉によって、真我は判断を誤り錯覚を起こしてしまった。それが無明なんだ。ここにわたしたちの苦に至るプロセスが始まってしまった！

◉行ありて識あり

次に、判断を誤り錯覚を起こした真我は、一見美しく楽しい世界、自由な世界へと入ってしまう。そこはコーザル世界と呼ばれている。ここから行へと移ったわけだ。行とは動くという意味だよ。行には身・口・意の三つがある。身は動くことができる、口はしゃべることができる、意は考えることができるという意味だ。つまりね、もともと真我は自由に動くことができ、しゃべることができ、考えることができるということだ。
行の段階で、真我は今述べた身・口・意を使って経験を始める。この経験の舞台となるのはコーザル世界だ。コーザル世界とは、精神と観念だけで成り立っている世界だよ。

真我は、コーザル世界での経験をし尽くすと、今度はアストラル世界へと入っていく。経験し尽くして飽きてしまったコーザル世界より、未知のアストラル世界の方がステキだと、またもや錯覚してしまうんだね。アストラル世界とはイメージの世界、高次元の微細な世界だよ。

◉識ありて名色、六処あり

このようにして、アストラル世界へと入った真我が、ここで経験をしていく段階が識なんだよ。

経典ではこういう表現にはなっていない。しかし、実はそれが六識という言葉で表わされているんだ。この六識が何を指しているかというとね、まず、アストラル世界で見るヴィジョンね、聞く音ね、それからにおい、味覚、触覚、そして思いの六つだ。

もう一度言うと、行はコーザル世界で経験していくプロセス、識はアストラル世界で経験していくプロセスなんだよ。

それでね、アストラル世界での経験が終わってしまうと、真我は前と同様に、この世へと入っていってしまう。このとき、わたしたちは粗雑次元の五大エレメントを使って、こ

の世に生まれ出るというわけだよ。この段階が名色と呼ばれている。
名色とは何か。これは五蘊（ごうん）を表わしているんだ。五蘊とは五つの集まりという意味。その五つとは何か。難しい言葉を使うならば、色（しき）・受・想・行・識の五つだ。これをわたしたちが使っている言葉に置き換えると、色は粗雑次元の五大エレメント、受は感覚、想は表層意識、行は深層意識、識は判断を表わしている。この名色の段階では、真我が五蘊に干渉してしまうんだ。つまり、五蘊を思いどおりに動かし始める。より良い生活を求めてね。
そして名色ありて六処あり。六処は、名色が具体化するだけなので、同じものと考えても差し支えないだろう。六処とはすなわち、目・耳・鼻・口・触覚・意識だよ。

◉六処、触、受、愛

そして、これらが外界と接触する。接触すると、そこでいろいろな感情の動きが出てくる。これが、六処、触、受、愛のプロセスだよ、ね。まず、六処が外界と接触する。これが触。それによって、感覚器官が働き、いろいろな外的情報が入ってくる。これが受だ。ここで愛着が生じる。これを愛といっているんだね。

わたしたちはこの愛着、言い換えれば執着から離れられない。修行によって離れるしかないとわたしは何回となくあなた方に言ってきた。その愛着は、このように真我の経験から生まれたものだったのだ。いいですか。なぜ、わたしたちに愛着、執着があるか、その理由はこれでわかったね。真我(しんが)が経験をし始めた当初である、無始の過去から、わたしたちは愛着を増加させてきたんだよ。

例えばここに女性が十人いてね、わたしたちに無数の過去世において積み上げた経験が全くなかったら、特定の人を美人とも思わなければ、ね、醜いとも思わないしね、普通とも思わないよ。しかし、実際は受ける印象が違うだろう。しかも、それぞれ、つまり一人一人の真我の経験は違うものだ。人は経験を判断基準としている。というわけで、〝好み〟の女性のタイプも一人一人違うんだね。例えば、A君が「B子さんて美人だねえ」と言ったら、C君は「何だい、あんなチンクシャ。趣味悪いぜ」と答えることもあり得る、ね。

◉愛ありて取著あり

これを愛といっているんだ。愛着、執着だよ。いいですか。釈迦牟尼如来はこう言っている。「六つの入口から愛着のもとが入ってきますよ」とね。この六つの入口が、先程述

べた六処、すなわち目・耳・鼻・口・触覚・意識のことなんだよ。
愛着してしまうと、今度はこれにとらわれてしまう。これが取著だ。
例えば、いいですか。あまりにも宗教的な本ばかり読んでだ、理解はしていない人がいたとしよう。これこれこういうことをすると天界に行けるなんて思い込んでしまったら、また、悟れるんだと思い込んでしまったら、それにとらわれてしまう。これは意識による取著だ。
あるいは、今まで会った美人がみんな優しかったと。すると、美人イコール優しい人だと思い込んでしまうかもしれない。これがとらわれだ、取著だ。
ね、いいか。たまたまバナナを食べたら、おなかを下してしまった。それが三回も続いたと。そうすると、バナナを食べたら下すと思う。これもとらわれだよ。いいかな。いっさいのとらわれが愛着から、あるいはアンチ愛着から始まる。ね、これが取著だ。

◉取著ありて有、生あり

取著があると、欲求する。もっと欲しい、もっと良くしたい、もっと満足したいとね。
すると、真我は自分の欲求に動かされて、物を作り出す。わたしたちの欲界でもその作業

は続けられているんだね。征服欲がいまや核兵器さえ生み出した。楽をしたいという欲求は、電子レンジや洗濯機、ガスや水道を作り出した。ラジオができた。テレビができた。自動車ができた。飛行機ができた。これらは、みんな真我の欲求が作り出したものなのだ。その作り出して、自分の世界を満足できるようにしていく段階、これを有といっている。有だよ。

有はどんどん深みにはまっていく。欲は欲を生むからね。死んでも原因となっている愛着とこだわりは消滅しない。カルマとなって残ってしまうんだよ。そうなると、カルマによってこの世に再生する。これが生だ。

◉生ありて苦あり

そうして、わたしたちは生まれ出て苦を味わうことになる。これが生あるがゆえに苦ありなんだ。じゃあ、どうして苦を味わうのかということについても説明しておいた方がいいかね。ちょっとね、もともとのプロセスを思い出してごらん。屈折しているだろう。とらわれから生まれ変わっているわけだからね。とらわれていたら、正確にものを見ることができない。だったら幸福になれるはずがないんだよ、ね。

苦あるがゆえに凡夫はいっそうね、愛着し取著し、楽しみを求め、いっそうの苦しみに入る、ね。それをわたしたちはもう何生も何生も気が遠くなるほどの生を繰り返してきたんだよ。

しかし、わたしたちはこの世に生まれてきたから苦しまねばならない。例えば、病気をしたり、年を取ったり、ね。あるいは悩みを持ったり、ね。要するに、苦はすべてのプロセスのまとめなんだよ。で、苦から離れなくてはならないと気づいたら、今度は『生死を超える』(オウム出版)のプロセスだな。これは、わたしの本に書かれているからここでは簡単に触れるのみとするよ。

◉苦から六ヨーガ

このように、今、あなた方の魂はオウムに集まってきている。あなた方の魂は、そこで苦から抜け出そうと考える。苦あるがゆえに信あり、あなた方は麻原の教説を真理だと信じてオウムに集まった。ね、そして一生懸命修行しようとね、いいですか、あなた方は悟りと解脱のプロセスを歩き出すわけだ。

信を基礎とした修行によって、クンダリニーが上昇し、悦が生じる。悦が生じてくると、

わたしたちの背骨にあるね、スシュムナー管、イダー管、ピンガラ管、この三つの管を浄化する。そして、三つの結節を破るんだ。

まず、マニプーラ・チャクラの裏側のブラフマ結節、それから、アナハタ・チャクラの裏側のヴィシュヌ結節、そして、後頭部にあるシヴァ結節を破るわけだ。最後にサハスラーラ・チャクラが崩壊する。すると、ツァンダリーが起きる、ね。いいですか。

ツァンダリーは、わたしたちの過去世からのけがれを浄化する。これが喜だ。そして、ここを通過するとね、軽安、楽と進む。ま、楽というのは、長く座れ瞑想に適している状態だ。この時期に三昧に入ることができるようになる。このとき、心臓は若干動いている。しかし、聴診器ぐらいではわからない。これが三昧だ、ね。

三昧に入ると、その人の精神的レベルによって、いずれかのチャクラから魂が抜け出す。そして六ヨーガが生じる。それはわかるね。読んでない人は『生死を超える』を読んでくださいよ。わかるから。バルドー、夢見、幻身、光ね、そしてポアだ。あれ、これでは五つだ。一つ足りないじゃない、ね。杉本、何が足りないか。

（杉本）熱です。

よし。なぜわたしが六ヨーガの中に熱を入れなかったかというと、すでに上昇させるプロ

セスで熱のヨーガが入っているんだよ。ベースにあるわけだ。
さて、この六ヨーガによって、わたしたちはいっさいを知ることができる。ね、如実智見だ。そうすると、わたしたちのね、無明から始まってこの世に再生してくるプロセスがだよ、よくわかるようになる、ね。
そして、「ああ、こんなのは嫌だ。離れなければならない」と切実に思うようになる。そして遠離(おんり)ね。それから離貪(りとん)ね。それが終わった段階で、わたしみたいに解脱するんだよ。いいかな、これが釈迦牟尼如来のお説きになった縁起の法だ。ねえ、簡単だろう。それから、わたしがふだん言っていることと少しも矛盾しないだろう。だいたいね、真理というものがね、矛盾するのがおかしいんだよ。そうじゃないか。チベット仏教だって、原始仏教だって、ヨーガだって、同じことを目指しているんだよ。真理を追求しているんだ。

◉真理は一つ

仏教とヨーガのプロセスが同じことに気づかない人がいるかもしれない。では、パタンジャリの『ヨーガ・スートラ』をサッサッサッと見てみよう。『ヨーガ・スートラ』には——これはラージャ・ヨーガなんだけれどね——こう書かれている。一に、悪いことを極力し

ないようにしなさい。二に、いいことを徹底的にやりなさい。三に、座法を安定させなさい。四に、調気法によって心を制御しなさい。五に、いっさいの感覚を外界から引き離しなさい、とね。そして、精神集中、それから瞑想、超覚醒というね、八つのプロセスを歩くわけだ。

非常に似ているね。ふだんわたしが言っている六つの極限の実践と非常によく似ている、ね。つまり、パタンジャリの『ヨーガ・スートラ』も、大乗仏典の六波羅蜜（ろっぱらみつ）の六つの極限の修行も同じことをいっている。わたしが先程言った縁起の法ともダブッている。

だいたい真理を示しているものにね、矛盾があるはずがないんだ。

第七話　十二縁起の法のすべて

九一年五月二十七日

◉非神秘力（無明）

今日は、君たちが最もよく知っている十二縁起の法を説き明かそうと考えている。まず、わたしたちは、大完全煩悩破壊する前は完全な無明の状態である。この無明の状態とは何かというと、経験にとらわれている状態、経験によって錯覚を起こしている状態ということになる。

例えば、ここにある人がいたとして、その人が恋をしたとしよう。いいかな。そうすると、その恋を始めたときと、例えば恋が中程度になったときと、恋が終わりに近づいたときと、これでは、その対象に対する認識の仕方が変わってくる。もちろん、この認識の仕方というものは、対象も変化しているわけだから、その変化に伴って変わるといえばそうかもしれないが、実際はそうではない。

例えば、短い期間において恋をした。初めは、ああいいなと思ったのが、徐々に徐々に

美しくなっていったとしよう。そして、何をとっても素晴らしく見えるようになっていく。ね。これは、最も恋が燃え盛っている状態である。そして、その恋の炎が燃え盛っていて、それから徐々に徐々に冷めていく段階で、その人の、一つずつ欠点を探し出すようになる。これは、心の特性だよ。で、欠点を探し出し、あの欠点もある、この欠点もある、その欠点もあるというふうに認識するようになる。そして、そのうちに、その対象の魅力というものを認識しなくなる。わかるかな、これは。これは何かというと、要するに無明、つまり経験によってすべてを見ているからである。ね。

わたしたちが死んだ後、まず何が起きるかというと、死後の気絶が起きます。これはOKかな。死後気絶イコール根本無明だと考えてください。つまり、前生のカルマが完全に終わりを告げ——というのは、今この生があるのは、ほとんどは前生の因によってあるわけだよね。これはOKだよね——で、その前生の因が完全に終わりを告げた状態。そしてデータだけ、今生のデータだけが蓄積されている状態。その今生のデータの蓄積というのは何を意味するかというと、先程言った経験の集積である。いいかな。

そうすると、その状態でいったんデータは切れますから、完全に無明の状態に入ります。これを、無明を非神秘力といっているのは、そこにあるんだね。それは、もし神秘力、実

体を正確に、ありのままに見つめる力があるとするならば、そうならないわけです、本来は。わかるよね、言っていることは。それは、どういうことかというと、今生培った傾向と前生培った傾向との差があまりにもあるがために、その意識に断層が起きるんです。わかるかな。

◉経験の構成（行）、識別（識）

それによって、次は経験の構成要因が生起します。例えば、どういうことかというと、食い物に対してのとらわれとか、あるいは貪りの感情とか、あるいは性的快楽に対するとらわれとか、あるいは家庭の情に対するとらわれとか、あるいは嫉妬に対するとらわれとか、あるいは智謀に対するとらわれとか、あるいは満足に対するとらわれとか、いろんなものが、その生で培った、つまり死ぬ前の生で培ったデータが生起します。これが行の状態です。ね。

それによって、次は識別が生起します。どういう識別が生起するのかというと、わたしはこれは好む、これは好まない、わたしはこういう方がいいんだ、あるいはこういう方は悪いんだという識別が次は生起します。いいかな。

◉心の要素-形状-容姿（名色）

識別が生起するがゆえに、次にアストラルでその形を形成します。それは、例えば君たちがこの現象界で満足できない場合、食欲や性欲をアストラルで経験するのと同じです。この状態、この状態が名色の状態です。

そして、この名色の状態によって、いいですか、五蘊が生起します。完全な五蘊がね。肉体、そして感覚、イメージ、それから意志、そして識別だね。この五蘊が生起します。五蘊が完全に生起することによって――まあここでいう五蘊というのは、最後の意識だけは前回のものだけど――その意識、識別、名色によって、もう次の傾向ができるのがわかるよね。つまり、材料が違うわけだから。みんなが錯覚を起こすのはそこなんだよ。

つまり、材料とは何かというと、その人の身における善業、口における善業、あるいは心における善業、身における悪業、あるいは口における悪業、あるいは心における悪業というのが、一つ一つ形成されていくわけでしょ。それがデータとして残っているわけだよね。わかるよね。

それが無明から、今度は、その経験のデータの生起の段階で、パッと現われるからね、次の生のデータが。それによって、識別が生じてくるわけでしょ。これはよし、これはあ

しと。わかるよね。で、その次に、その識別によって、今度は五蘊ができてくるわけでしょ。わかるよね、これは。

例えば、どういうことができるかというと、例えば、貪りの心が強ければ、当然胃袋が大きくなるとか、あるいは性的なものを欲していれば、当然性器が大きくなるとか、あるいは、そうだね、水の中が好きであれば、当然、まあそういう魚、泳ぎやすいような形になるとか。そういう形の形状がアストラルに現われてくるよね。ＯＫだね、これは。

◉アストラルの下位の世界へ

その次に、それを土台として、しっかりとした五蘊が形成されるよね。これはＯＫだね、ここは。どうだ。で、その経験されるがために、次は何が起きるかというと、アストラルの中位から、そして下位へと移行していく。移行していく段階で、自己の欲望の対象の世界とそこで接触するわけだね。わかるね。

例えば、慢の場合は、そういう慢を与えてくれる空間に身を置いて経験を始める。いいかな。あるいは、例えば闘争の場合は、闘争のある空間に身を置いて経験を始める。あるいは情の場合は、情の空間に身を置いて経験を始める。あるいは餓鬼（がき）の場合は、先程言っ

た貪れる状況において経験を始める。あるいは、動物の場合は、先程言ったとおり、楽しみを求めて経験を始める。まあ、地獄の場合は、対象に対して攻撃を始めるということによって経験を始めるという形になる。こういう形成が起きてくるわけだね。これはOKかな。これが要するに、六処、触、受の段階だね。

それによって、当然感覚が生起してくるでしょ。接触を始めることによって。どうかな。これは、肉体の感覚、それから視覚、聴覚、嗅覚、味覚、まあ最後に言った触覚、それと、それとは別に、今度は意識の経験、つまり心の経験があるよね。どうですか。これを受といっているわけだね。

で、その経験の中で、これは楽しい、これは楽しくないという、次は二段階に分かれるよね。どうかな、これは。だよね。で、一回楽しんだら、もう一回楽しみたくなる。どうかな。二回、三回、四回と、どんどんとらわれていく。これが愛から愛著（あいじゃく）の状態なんだね。愛、愛著。つまり、取著、愛著の状態なわけだ。

で、当然、その認識の中に愛著が生起するから、もう一方では強烈な嫌悪が生起します。わかるよね、言っていることは。つまり、偏った心の状態が形成されるわけだから、もう一方では、当然、苦しみの、あるいは嫌な感情が生起することになります。でしょ。例え

ば、それはどういうことかというと、冷たさを好むとするならば、当然熱さを憎む。でしょ。あるいは、柔らかいものを好むとするならば、当然固いものを憎む。でしょ。わかるよね。あるいは、甘いものを好むとするならば、当然苦いものを憎む。でしょ。こういう形で二極化されます。

◉苦しみの愛欲界へ

そして、そのとらわれによって、その世界へと生を受けるわけです。ということは、もう、この前の段階で、つまり苦しみと喜びという二極の心の状態を経験し、二極の心の状態で転生しているから、その世界は当然二極の世界である。つまり、苦しみと楽しみの二極が現わされていくことになります。わかるかな。これが、十二縁起の法のすべてです。

はい、ではここまで質問を取りましょう。

◉色——形状・容姿

（質問者A）下位アストラルに来たときに、まあ、しっかりとした五蘊が形成されるというふうになると思うのですが、そのしっかりとした五蘊の中の一番最初の色に関してのこ

とが、ちょっとわたしよくわからないんですね。色というのは、形状・容姿の形状…。
（尊師）形状・容姿は、君たちが、例えばアストラルで食べたり飲んだりするよね。経験しているよね。それをいっているんだね。
（質問者A）具体的なイメージというふうな感じで…。
（尊師）イメージではないね、あのときは。自分で実際に経験しているよね。
（質問者A）あ、そうか。はい、わかりました。ありがとうございました。
（尊師）はい。他にないかな。

◉マハー・ムドラーの成就の素晴らしさ

（質問者B）申し訳ないんですけど、かなり難しいところがあるのですが、前の生とは材料が違うというのは、前の生は、その前の生の意識状態から五蘊がバーッと形成されてきて、そして、要するに、この段階では、その前の前の生じゃなくて、その前の生、死ぬ前の生の経験で、五蘊がバーッと形成されたからということですよね。
（尊師）そうです。
それから一つだけね、ここで付加しておかなければならないのは、マハー・ムドラーの

成就というのは、わたしは何が素晴らしいかというと、その人の前生の、つまり一つ前の生の経験がすべて現われてくるんだよ。だから――あ、もう申し訳ない――正確な言い方をするならば、成就の段階でその生が終わるんだね。その生というのは、その生まれてくる前の生が終わるんです。そして、成就後は何が起きるかというと、今度は生きてきた過程における経験が、すべて生起して止滅していくんです。

だから、例えば仏典の中で、アングリマーラが成就した後に托鉢をしていると、いろんな物を投げつけられたり、ね、あるいは罵倒されたりするわけだよね。

なぜ、マハー・ムドラーの成就者が、そういう、物を投げつけられたり、罵倒されたりするのかと。でしょ。それは簡単である。それは、先程言ったとおり、その人が大いなる殺生をしたからである。で、その殺生をその生で経験し終わればね――その生でその人がその生の経験をし終わるということは、どうなりますか。その人には何の経験が残りますか。次は、神聖行の経験しか残らなくなるよね、成就した後の。でしょ。つまり、成就した後の神聖行の経験しか残らないということは、その人はどの世界へ転生しますか。

（サマナ）神聖天。

ね。神聖天以上ということになるよね。ということなんだよ。だから、マハー・ムドラー

まで何としてもわたしは成就させたいと考えているのは、そこなんだね。

◉シャクティーパットの果報

じゃあ次に、オウム真理教のもう一つの法体系であるシャクティーパット。このシャクティーパットは、じゃあどういう利益を、そのシャクティーパットをなしている人に与えるのか。ね。これは、ものすごく広大、無辺、そして無量の果報を与えます。

なぜかというと、いいかな、この世というのは、縁起の法で成立しているよね。どうかな。ということは、その人が例えば、もう絶対に真理と縁のないような人にエンパワーメントを与えると。エンパワーメントを与えることによって、その人が真理と縁ができる。ね。真理と縁ができることによって、自分のデータがけがれて、いったん真理と縁が遠のく。あるいは、煩悩が生起する。これはOKかな。

じゃあ、この煩悩が生起する、あるいは真理の縁が一回途絶えたとして、それを当然グルはいろんな形で落としてくれるだろう、最終的に。どうかな、それは。そうすると、残るのは何が残るのだろうか。多くの人を上向させたカルマしか残らないよね。

ということは、その人が次、例えばどの世界へ生まれ変わったとしても、また上向させ

るグルに巡り合うことができるんだ。これが、シャクティーパットの果報なんだね。当然、そのとき、多くの人の苦しみを経験し、苦しみを受ける。苦しみを経験し、苦しみを受けるということは、その人は損失を被ったかのように見える。しかし、実際はそうじゃないわけだよね。大いなる利益を与えてもらったことになるわけだ。わかるかな、言っていることは。

◉一番初めに落ちたときの経験

（質問者Ｃ）先程の十二縁起のところで質問なんですが、まあ、各生死んだ後にですね、そこの無明からなる経験をするといたしまして、一番初めに落っこちたときも、それと同じ経験というか、要するにマハー・ニルヴァーナから落っこちたときの経験と同じ経験を各生においてするという解釈になるわけでしょうか。

（尊師）いや、マハー・ニルヴァーナから落っこちるよね。落っこちた初めは、例えば…。

（質問者Ｃ）前生におけるカルマというのはありませんですよね。

（尊師）まず、何が生起するかというと、前生というかその入る前の経験でしょ。

（質問者Ｃ）マハー・ニルヴァーナに入る前の経験。

（尊師）マハー・ニルヴァーナへ入る前の経験が生起するわけだから、どういうことかというと、例えばゆっくり落ちていくんです、魂は。だから、何ていうかな、例えば人間界が形成されていくときに、人間の寿命は無限であったとかいうことになるわけ。どういうことかというと、例えばマハー・ニルヴァーナまで入っているとするならば、その魂は当然多くのヒナヤーナの修行、多くのマハーヤーナの修行を経験しているよね。多くの、あるいはタントラ・ヴァジラヤーナの修行を経験しているよね。これはどうかな。

（質問者C）そう思います。

（尊師）ということは、タントラ・ヴァジラヤーナの、例えば経験、例えば色界に長くとどまる。あるいは無色界の空無辺境に長くとどまるとか、あるいは識別無辺境に長くとどまるとか、あるいは無所有境に長くとどまるとか、あるいは非認知非非認知境に長くとどまると。こういうプロセスを当然経験してるはずだよね。例えば、非認知非非認知境といったら、もう無限だからね。マハー・ニルヴァーナから、次は、非認知非非認知境に無限にとどまる。無限というのは、ここでいう無限というのは、要するに数字が発散しているというふうにとらえることができる。わかるよね。

（質問者C）はい、表現できない……。

（尊師）わかるよな。数字が発散というのは、8を横にしたような字。これは、発散というんです。発散でいいのかな。

（聖者マンジュシュリー・ミトラ供養値魂）はい。

（尊師）つまり、数字が計算できない状態。いい状態だね。で、そこへ無制限にとどまった後、次は無所有境にやはり同じように発散する年数とどまる。で、識別無辺境に発散するぐらいの年数とどまる。次に空無辺境に発散するぐらいとどまる。でまあ、その次の色究竟天にとどまる年数というのは、まあいろいろあるけども、例えば、十万カルパとか、そんなものとどまるという形で、徐々に計算できる数字の年数とどまっていくわけだね。

◉輪廻を繰り返すと早く転生する？

（質問者C）そうしますと、輪廻を繰り返すうちに、無明から生に至る、このプロセスですけれども、この期間がどんどん短くなって、どんどん何ていうか、早く転生する……。

（尊師）それは、そうだよね。なぜかというと、例えば凡夫はだよ、心に殺生をなすと。それから、行為に殺生をなす。ね。心に殺生をなすというのは、あいつを殺してやりたいと。例えば、あの虫は嫌だから死んでしまえと。で、実際に、その行為に出る。でしょ。

そうすると、その殺した相手の意識の遮断、つまり気絶状態というのは、その人の経験に根づくよね――これは、前回、信徒に対して説法した中に入っているわけだけど――それはわかるよね。初めは、その回数が少ないよね。少ないから、意識の断絶が少ないよね。これはOKでしょ。ところが、徐々に徐々にそれが多くなっていくよね。一回、二回、三回、四回と。でしょ。そうすると当然、その生は短くなるよね。つまり、何かのショックがあれば、即気絶する。イコール死である。でしょ。そういう形で寿命が短くなっていくんですよ。

だから逆に、今度は、例えばティローパがなしたようなポア。例えば、魚とかをね、意図的にポアさせる。これは、何を与えるかというと、その意識に対して断絶のない意識状態を経験させるわけだね。じゃあ、断絶のない意識を経験させることによって何が起きるか。どうかな。その人は当然、データとして断絶のない意識状態をコーザルに一つ経験するよね。どうかな。ということなんだよ。断絶のない意識状態を経験することによって、その人は徐々に徐々に意識がつながってくる。連続してくるということなんだね。それによって、長寿を得るようになるわけだ。いいかな、ここは。

他にないか、質問は。

◉断絶のない意識状態と寿命

（質問者B）まず、ポアによって断絶のない意識状態に到達するという理由は何でしょうか。

（尊師）いや、それは、自分の心を使って、相手に意識を移し変えることによって断絶をさせないわけでしょ。だよね。つまり、意識の断絶があるのは、経験が次の経験に至るプロセスの途上で、経験と経験のギャップによって断絶するわけでしょ。その経験と経験によって断絶する部分を、要するにそのポアをする人がお手伝いするわけだから、断絶は起きないよね。それは、無明じゃなくて、いきなり例えば名色ぐらいから展開したら起きないよね。

（質問者B）で、もう一つ、寿命との関係がどうもよくわからないんですけど。

（尊師）ん、つまり意識の断絶を何度も何度も経験するよね。例えば、Bがカエルを殺したと。そうすると、カエルが死んだことによって、その死んだカエルの意識の断絶のデータ、死後ショックのデータが入ってくるでしょ。わかる？　一、二、三、四、ズーッとたくさん入ってくるよね。そうすると、どういうことが起きるかというと、そのある条件が来るとそういうデータが生起する。でしょ。データが存在するから生起するんだよね。そ

のときに、例えばその条件を満たしていれば、死が訪れるよね。じゃないかな。
(質問者B) それは要するに、殺したから、要するに命が短くなるという、カルマが返ってくるということをもう少し具体的に言われたわけですか。
(尊師) そうです。殺したからカルマが返ってくるのではなくて、殺したことによって、相手の苦しみとか、あるいは死後ショック、気絶の状態はだれに入るかというと、殺した人に入るわけだよね。これはOKだよね。それが、例えば動物の場合は柔らかい。それから、人間の場合はそれが重たい。神々の場合はもっと重たい。これもOKだね。でしょ。
(質問者B) だから、上の者をあやめた場合の方が、より大きな死後ショックとか……。
(尊師) そうです、そういうことです。で、そのデータが蓄積されるとするとどうなるかというと、そこにまず環境がそろって、そしてそのデータが生起するようになるよね。データというのは、そういうものだから。
(質問者B) ということは、死後ショックを自分も受けやすい状態になる……。
(尊師) そうです、そのとおりです。だから、サキャ神賢(しんけん)は、ヒナヤーナにおいては十戒をまず提示して、そして不殺生の戒によって意識の連続性を図れという指示をなさったわけだね。

◉意識がなくても経験する？

（質問者B）あと、もう一度ちょっと前に戻るんですが、五蘊が生起するというところで、それと絡めて、その前の段階で上位アストラル、下位と移行していって、下位で色の形成が完全になされるということなんですけど、その上位、下位と移行していくのは、すべての魂が転生のときに上位、下位と、そのときに意識があろうとなかろうと経験するというか、通過する……。

（尊師）だから例えば、その前の生で、上位アストラルの経験というか、そういう条件が全くなければ、そこでの経験はあっという間に過ぎてしまうね。瞬間だよね。

（質問者B）一応、移動はするんですか。

（尊師）移動はするんです。

（質問者B）ここで言われている肉体というのは。

（尊師）変化身のことだよ。

（質問者B）変化身（へんげしん）。

（尊師）だから、報身（ほうしん）とか、変化身とかのことだよね。

（質問者B）縁起の法でいう、取著の後の有や生とかいう部分の生というのが現象界のこ

とを意味するんでしょうか。

（尊師）そうです。

◉前生のカルマが影響を及ぼさなくなる理由

（質問者D）基本的なことになってしまうのですが、前生のカルマがなぜ影響を及ぼさなくなるのか、その原理についてもう一度。

（尊師）ん、どういうことかな。

（質問者D）死んだときに、今生ではなく前生のカルマが影響を及ぼさなくなるということについて。

（尊師）それは、ちょうどこのように考えたらいいと思う。ここに鍋ものがあるとしようじゃないか。ね。これをおでんだとしましょう。いいかな。卵があって、そして、まあ竹輪があって、それからカマボコがあって、ハンペンがあって、あとは野菜が入っているとしましょう。いいね。いいですか。で、まず卵を食べた。チクワを食べた。カマボコを食べた。ハンペンを食べた。野菜を食べたとしましょう。ね。スープだけが残ったとしましょう。そうすると、これはおでんといえるかどうかなんだ、このスープだけで。

（質問者D）いえないと思います。

（尊師）いえないよね。つまり、このいえなくなった段階で死が起きるんです。だから、次の生にこのスープの分のカルマは移行します。これが、まだ一生で切れないカルマといわれるやつなんだ、例えば。わかるよね。ということなんだよ。つまり、その果報を経験し終わった段階で、次の生が決定されるわけだよ。

それは、例えばどういうことかというと、例えばここに卵を食べたと、ね、それからチクワを食べたと、それからカマボコを食べたと、ハンペンを食べたと、野菜を食べたとしましょう。ね。スープが若干残っていたとしましょう、ね。

そうすると、その人は何を形成したかというと、食べたことによって糞尿が形成されます。いいかな、それは。そうすると、その人の次に持っているものというのは何かというと、糞尿とスープなんです。わかるか、それは。ということは、次の生の形成要因は、糞尿とスープということになるんだよ。だから、それを今度はもとに、次の生が形成されるわけです。

◉マハー・ムドラーの成就――前生のカルマをすべて切った状態

　ところが、マハー・ムドラーの成就というのは、その前生のカルマをすべて切った段階、ね。だから、前生のカルマを切っているから、どうなるかというと、その人の要するに、スープも全部平らげた状態。その人がだよ、その修行の過程において糞尿しかなければ、糞尿のデータしか出てこないよ。わかるよな。で、まあ糞尿は糞尿として経験しながら、要するに一生懸命、善法増大、悪法減少、止滅の行、法行を実践することによって、その人は、今度はその糞尿が終わった段階で、次はその大いなる功徳により転生するんです。わかるかな。ということだよ。

（質問者D）まだ、ちょっと錯覚を起こしているところがあるかもしれません。例えば、『マハーヤーナ』（以前の教団機関誌）によく書かれていますシャクティーパットをすることによって、前生の何生か分もの経験を凝縮して経験することができるというのとこれとの関係は。

（尊師）いや、だって、それは関係ないでしょ。シャクティーパットというのは、マハー・ムドラーを成就した後に他人のデータをどんどんどんどん吸収して、煩悩のデータを吸収することによって、それを今度は止滅に向かうわけでしょ。だから、データとしてはどう

いうことかというと、他人の持っている、要するに、例えばいろんな味著とか、あるいは過患とかがデータとして入ってくるわけだよね。

（質問者D）はい。わかりました。

◉どこにスポットを当てるか

（質問者B）少し細かいところかもしれないんですけど、五蘊が生起するという場合に、意識、意志、イメージ、感覚、肉体で、前の生とその前の生があって、前の前の生にあった、つまり前の前の生の終わりから前の生への過程で、魂が肉体から出て転生していきますよね。そのときに、魂ですか、その魂にはやはり、変な言い方をすると意識というものがあるんじゃないかと思うんですが。

言いたいことは、要するに、新たにパッと意識が生起されるのではなくて、一生一生のデータが加わっていって大きく変形することを五蘊が生起とおしゃっているのか。

（尊師）ん、ではないんだよ。どういうことかというと、例えばわたしたちがどれくらいの識別能力を持っているか、あるいは意識を、自分の持っている意識を経験できるか考えてごらん。おそらくそれは、膨大な意識の中のあるスポットだと思うけど、どうだ。

（質問者B）ええ。それは、要するに、いつも例えば生きている場合、または死後のときの意識がとらえているそのスポット……。
（尊師）スポットじゃない？　ということは、例えば、そのスポットが移動する場合だってあるでしょ。条件によって。どうかな、それは。
（質問者B）わかります。ただ、それは、死を境にして大きく、例えば生きているときに経験する以上に経験が……。
（尊師）あります。例えば、どういうことかというと、例えば人間から動物へ転生したとするね。その人はとにかく、前生において暴力を振るい、あるいは弱い者をいじめ、あるいは、かみついたり、蹴ったり、殴ったり。あるいは、悪口、罵り、その他をずっと経験していたとしよう、例えば。そうすると、当然その人はその生のカルマによって……。
（質問者B）スポットの当たる部分がズレるわけですか。
（尊師）ズレるんだよ。
（質問者B）ということは、要するに全体をいうならば、それはデータの集まりみたいなもので、どこにスポットを当てているかというのは、その意識、感覚……。
（尊師）そうです。だから、ポアが起きるんだね。つまり、自分のスポットを当てる位置

を変えていくことがポアだから。

◉スポットの当たる位置

（質問者B）尊師がおっしゃった前生のカルマを切るというのは、そのスポットの当たる位置を変えることをいっているのか、それとも。

（尊師）ではない。

（質問者B）そのデータ自体を滅尽すること。

（尊師）そうです。例えば、それはどういうことかというと、これはいけませんよとはっきり認識すると、曖昧（あいまい）じゃなく。すると、そこにスポットが当たったとき、これはいけませんよというデータがあるよね。これは滅尽だよね。わかるよね。ところがそうではなくて、普通は全部が曖昧なんです。混沌（こんとん）としています。だからスポットが、例えば、まあ天界のスポットに当たれば、天界の楽しみがある。地獄のスポットが当たれば地獄に落ちる。

わたしがよく、例えば、今、足を大変傷つけたり、いろいろな傷があるわけだけど、それをわたしはよしとするのは、そのときに記憶修習ができるわけなんだね。例えば、それは何を表わしているかというと、地獄を表わしていると。肉体的な苦痛だから。でしょ。

その肉体的苦痛のときに、ちゃんと到達真智運命魂としての意識が持てるかどうか。これを修習しているわけだよね。もし、それが完成すれば、地獄へ例えば落ちたとしたって、意識は到達真智運命魂。ということは、地獄の住人が救済できるじゃないか。

だから、そういうことを考えるならば、四つのヤーナが理解できる。ヒナヤーナ、マハーヤーナ、タントラ・ヴァジラヤーナ、それから無上最上のヤーナというのが理解できるようになってくる。

つまり、ヒナヤーナだと、その遠離した状態での経験の止滅はできるけど、それがポッと今度は大衆に放り込まれたとき、また煩悩が生起してくる。でしょ。これは、滅尽の仕方が弱いわけだよね。

（質問者B）ヒナヤーナの場合は、あるデータ、Aというデータがあって、これは楽しい、これは別に「食は楽しい」でもいいんですけど。で、その滅尽の仕方、もし滅尽という言葉を使うなら、それには、要するに「食は楽しくないぞ」というデータがたくさん入っていて、否定のデータが押さえつけたような感じなわけですか。

（尊師）まあ、楽しくないぞと単純にいうのではなくて、食は苦であると。なぜかというと、瞑想の妨げになるというデータがたくさん入っているよね。ところが、楽しみの方が

勝ってしまったら、もう終わりなんだよね。
（質問者B）はい。一応そこの部分、全体として見れば、要するに食によって一応動かない状態になっている。
（尊師）というよりも、食のないところで生活し続けるから。例えば、一食のできる環境で生活し続けるから。
（質問者B）そういうような状態になることも含めて、滅尽と。
（尊師）そうだね。それが遠離、離貪から来る喜びでしょ。これは楽しみだよね。
（質問者B）わかりました。

●自分で煩悩を現わし、自分で破壊する
（質問者E）よろしいですか。今の足の例ですけど、これは自分自身で煩悩を現わし、それを自分で破壊していくというたとえとイコールになるんでしょうか。
（尊師）そうだね。要するに、自分で煩悩を現わし、自分で煩悩を破壊するというたとえとイコールだね。

◉到達真智運命魂の記憶修習

（質問者Ａ）先程、例えば地獄に行ったとしても、供養値魂の心の状態であるというふうに言われたと思うんですが、そういう修習をしているということですね。

（尊師）供養値魂じゃなくて、到達真智運命魂。

（質問者Ａ）あ、すみません。到達真智運命魂ですね。その修習をしていればそういうふうになる、つまり記憶修習をしていればそうなると言われたんですけども、例えばどういう記憶修習をするのですか。例えば、「自己の苦しみを喜びとし、他の苦しみを自己の苦しみとする」。

（尊師）例えばわたしの場合？　まず、感覚の状態をチェックします。

（質問者Ａ）感覚の状態をチェックするんですか。

（尊師）うん。つまり、感覚の止滅の状態はどうであるか。だから、最も感覚が生起しやすい状態、例えば、オキシドールの中にドボッと足を突っ込んでみて、ね、そこで、足がどんどんどんどん溶け出すわけだよね、要するに。それをジーッと感じながら、例えば全然感覚が生起しなかったら、「あ、わたしは、もう地獄へ落ちたとしても地獄の苦しみはないな」と思うんだね。ＯＫかな、ここまでは。

そうすると、次の状態で、その苦しみの現われ方は、例えばわたしが肝臓ガンを死滅したがゆえに現われている現象である。なぜかというと、それをもう少し、生きて君たちに指導しなきゃならないと考えたから、肉体にこれは現われてきた現象である。

だとするならば、それは素晴らしいことである。もっと、内側の毒が体に現われて、そして、そこで一般にいうところの苦しみが生起したら、それはそれで、ね、到達真智運命魂としてはうれしいわけだ。ね。そして、もっと多くの人の煩悩が自己の内側に入り、いろんな形で昇華されて、すべての魂がマハー・ニルヴァーナに入りますようにと、例えば考える。しかも、そのときの考えるという意味はね、他の想念がいっさいわかないで考えられるかどうかなんだ。

(質問者A) つまり、集中しているかどうかっていうことですね。

(尊師) ん、まあ、単純に集中という意味とは違うんだけどね。どう説明したらいいのかな。その状態になりきっているかどうかだね、要するに。

(質問者A) なりきっている。

(尊師) うん。集中というのは、ある状態をキープし続けるということだよね。で、それは、集中を外したら、それが消えてしまうわけだから、そうではなくて、集中を外しても

そういう意識状態になりきっているかどうかということなんだ。
（質問者A）はい、わかりました。
（尊師）だから、例えばだよ、俺は布施を、ね、例えばできるんだとか、俺は布施の実践をするぞと、例えば思っている人がいたとしようじゃないか。例えば、身の供養をしなければならないとき、ポッと身の供養をできるかと。例えば、ね、愛著している妻とか、あるいは子供の供養をしなければならないとき、ポッと供養ができるかと。それを実際に、その行動に移せるかどうか。
　これが、だから無上最上の乗（じょう）の修行のポイントになるわけだよね。タントラ・ヴァジラヤーナというのは、それをグルがだいたい現わしてくれるんだよ。だから、タントラ・ヴァジラヤーナは言い方を換えれば、グルヨーガという系統に入るわけだよ。

◉識別――どのパートが優位になるか

（質問者B）尊師、また元に戻って申し訳ないんですけど、行は、わたしの理解したところでは、尊師のお言葉で、食や嫉妬や、まあいろいろの死ぬ前の生につき合ったものが出てくると。次に識別がそれに対して生起すると言われたわけですけど、その……。

（尊師）つまりね、例えばBが今生で経験した経験の総量とはものすごいものがあると思わないか。その中のどのパートが優位になっていくかということが、次あるよね。全体は表現されないわけでしょ。どうかな。それが識別なんだよ。

（質問者B）はい、それが識別?

（尊師）つまり、固定化していく段階ね、経験が。

（質問者B）行というのは、データの総量ですか。

（尊師）経験の要因の生起と。

（質問者B）経験の要因の生起というのは、経験一つ一つより、もうちょっと根本的な、その……。

（尊師）ワーッとコーザルのデータが出てくるよね。その状態だ。真我がそこに没入している状態。

（質問者B）それで、その優位な部分を中心として傾向みたいなのが……。

（尊師）そう、識別で現われてくる。

（質問者B）識別で現われてくる。それに基づいて。

（尊師）名色が完成する。

◉識別の主体

（質問者B）そうすると、この識というのは、識別というのは、何が主体になるんでしょうか。

（尊師）やっぱり、真我が選択するんだろうね、それは。無明によって。非神秘力によって。

（質問者B）データに基づいて——変ですけど、その生、その時点なりの真我の価値観というか、心の働きみたいな。

（尊師）そうそうそうそう。心の働きというか、色眼鏡で見て、これがよしとするような部分を選択するわけだね、そこで。

（質問者B）で、それと、次の段階の名色で形成される意識というのは、同一ですか。

（尊師）いや、だから、その次の名色で形成されるのは、要するに五大エレメント、つまり形状界における身体と、それから他の四つのものが形成されていくわけでしょ。

（質問者B）はい。じゃあ、要するにそれは、その前の意識っていうのは、真我が主体となって色眼鏡で見るような、色眼鏡みたいなもので、それを今度は覆うような感じで、また意識っていうのが出てくる……。

（尊師）その識別の意識は残っているんだよ。それによって、今度は形状界でイメージの身体が形成されていくよね。それが名色だね。
（質問者B）はい。で、そこらへんで、後で残ってはいるのですが、身体が形成されて、その形成後経験したことも含めて意識という……。
（尊師）そうだね、意識というのはそういう感じだね。ただ、一般にいう、まあ人間界でいわれている意識というのは、その中のスポットを当てられた部分。
（質問者B）五蘊の意識というのは、一応その全体。
（尊師）五蘊の意識というのは、正確には全体を指すけど、一般には、その生、その人が所有しているスポットだろうね。他は関係ないから。

●スポットを当てているもの

（質問者A）スポットを当てている対象というか、当てているものというのは。
（尊師）だから、スポットを当てているものっていうのは、先程言った真我の傾向ということでしょ。
（質問者B）つまり、そこしか見ないわけですね。

（尊師）そうそう、そこしか見ない。それはよくあるでしょ、それ。例えば、例として挙げるならば、ここにレストラン街があると。ラーメン屋、うどん屋、チャンポン屋、そば屋、ね、それからカレーライス屋さん、それから例えばすし屋、ね、中華料理屋、フランス料理屋等々があるとしようじゃないか。パッと目をつぶって、それぞれ、はい何を、その中のどこに入りますかと聞いた場合、全体は絶対意識しないと思うよ。入るとこしか意識しないと思う。

（質問者B）つまり、今までの経験で、そのレストラン街の中で、ラーメンがいいんだというデータがあって、そういうラーメン優位の行のデータがあって、そしてラーメンに何となく向かうという識があって、そしてそのラーメンを意識してるようなものがあって、そして実際入っていく感じになるんでしょうか。

（尊師）そうです。

◉五蘊の識別と十二縁起の識別は同じ

（質問者A）また、よろしいでしょうか。五蘊の中の識別と、十二縁起の識別が生起するというときの識別というのは、同じと考えてよろしいんでしょうか。

(尊師) 同じと考えていいです。

(質問者A) ということは、その五蘊の中の識別というのは、これは好むとかこれは好まないという、その識別というふうに考えてよろしいんでしょうか。

(尊師) そうだね。まあ、好む好まないまではいかないまでも、傾向を表わしているのは事実だね。

(質問者A) 傾向ですか。

(尊師) ここへ行こうとか、例えば、こういうものがいいとか、こういうものが悪いとか、こうしたいとかいうことだね。あまり強烈な傾向じゃないわけだ。

(質問者A) 弱い傾向ですね。弱いといったらおかしいけど、まあどっちかというと弱い傾向。

(尊師) だから、例えば、ここで問題になってくるのは、その愛と愛著の違いが出てくるわけだけど、愛というのは、ラーメンを一回食べたと。おいしいと思う。これは、愛だよね。ところが、愛著というのは、もうラーメンしか食べたくないと。ひたすらラーメンを毎日食べる。今日は、例えばカレーのカップヌードル二個だとか。こういうふうな、これは愛著だよね。

この愛著、つまり取著によって、その世界へと入っていこうとするわけだね。例えば、その愛著なるがゆえに、初めは自分で買わなくても、そのうちカップヌードルの、ね、自動販売機の所に行きたくなって行くでしょ。それと同じような形でいくんです。

では、ここで問題になってくるのは、カップヌードルを例えば買いに行く。そして、そこにカップヌードルのスタンドがある。ここまではいいわけだよね。そうすると、そこに、例えばチンピラがいるかもしれない。これは、その人の他の要因で決まるね。チンピラがいて、「目つきが悪い」と殴りつけられるかもしれない。行った要因は何かというと、本人はカップヌードルのつもりであるけども、他の要因によって違う。あるいは、例えばカップヌードルを買いに行った。そこに例えば素敵な異性がいて、その異性と今度は出会うことによって、そこから恋が芽生えるとか。それは、徳で決まるわけだよね。徳というのは、他の要因で決まるわけだよね。つまり、一つの要因ではないわけだよね。でしょ。

（質問者A）はい。

◉仏教徒と観念的宗教の違い

だから仏教徒と、それから他の観念的宗教との違いというのは、現象を例えば見ても、

その現象で、即いいんだ悪いんだと判断しないんだね、仏教というのは。というよりも、どちらかというと、そういうグナの干渉が起きやすい状態で心を止めていく修行をやっている方を高等だというと考えたら、よく仏教全体が理解できるはずである。

だから、こういう法があったでしょ。サキャ神賢が亡くなられる前に、まあ、鍛冶屋のチュンダが食の供養をするよね。で、この食は如来以外受けてはならない。あとは埋めなさいという表現があるけども、あれは二つの意味があって、一つは、もちろんその中に猛毒のきのこが入っているということもあるわけだけど、もう一つはそういうグナに干渉されたら、例えば弟子たちが苦を生起させて、で、その苦に負けてしまうと。そこで、否定的な感情が出てくるということもあるわけだよね、あれは。だから、自己の本懐、自己の土壌で闘いなさいというのは、そういう意味なんだよ。

つまり、ヒナヤーナの土台しかできてない人が、マハーヤーナで闘ったら絶対負けるし、マハーヤーナの土台しかできてない人がタントラ・ヴァジラヤーナで闘ったら絶対負けるしね。タントラ・ヴァジラヤーナの土台しかできていない人が、例えば無上最上のヤーナで闘ったら負けるしね。ということなんだよ。

●土台を形成するもの――記憶修習、記憶実践
(質問者A) その土台を形成させるのも、やっぱり記憶修習になるんですか。
(尊師) ではないね。やっぱり記憶修習、記憶実践だろうね。記憶修習していても、それが実践できなければ意味がないわけだから。
(質問者A) それは、先程の身の供養のたとえ……。
(尊師) そうです。記憶修習はしているんだけど、実践はできないと。

●慈愛と哀れみの関係
付記としてね、一つだけ、スポットだという証明をしたいのは、こういう話があるでしょう。この世の中が滅亡して、ね、すべての魂というか、ほとんどの魂は光音天へ行く。残った魂は、他の宇宙の地獄へ移される。でしょ。で、その光音天から、まず一番初めに徳がなくなって死没したものが、次は神聖天へ生まれ変わる。だよね。
これ、おかしいと思うよね、まず。何がおかしいかというと、徳がなくなって一番に落ちた魂だよね、これは。どうかな。ところが、その神聖天は、次に例えば光音天からどんどん落ちてくる魂より形状・容姿が良く、色合いが良く、大きな光を放っていると。だよ

ね。どうだこれは。わたしが何を言いたいかわかるかな。
それは、ちょうどこれで表現できるんだよ。広大な愛を、慈愛を持っている人がいたとしようじゃないか。しかし、悲についてては、まだ中途半端だと。ね。もう一方はそうじゃなくて、悲はある程度あるんだけど、愛もある程度しかない。この場合どうなると思うか。光音天でのキープの仕方というのは、つまり継続集中の力というのは、どちらの方が長いと思うか。どうだ。
(質問者B) ある程度ずつの方が長い。
(尊師) 長いよな。うん。そうすると、その光音天から先に落っこちるよな、当然。
(質問者B) ある程度というのは、どっちなんでしょうか。
(尊師) ん、つまりある程度ずつの方が、光音天には長くとどまって、広大な慈愛と、それからわずかの哀れみしかない方が先に落ちるよね。
(質問者B) 哀れみは、要するにブレーキみたいなもの。
(尊師) いや、というか、愛が、慈愛が神聖天なんだよ。で、光音天は、哀れみなんですよ。カルマ的には。そうすると、ところが、今度は落っこちた段階で、ここの世界は慈愛だから、どうなるかな。逆転するよね。ということなんだよ。だから、どのスポットが——

まあその宇宙観については、世界観についてはまたね、まあ今回君たちにどんどん説法していきたいと思っているから、旅の合間にいろいろ明かすけど。

◉神聖天にも段階がある

（質問者C） 今おっしゃってる、神聖天にも何段階かある、その階層の特性のことをおっしゃっているのですか。

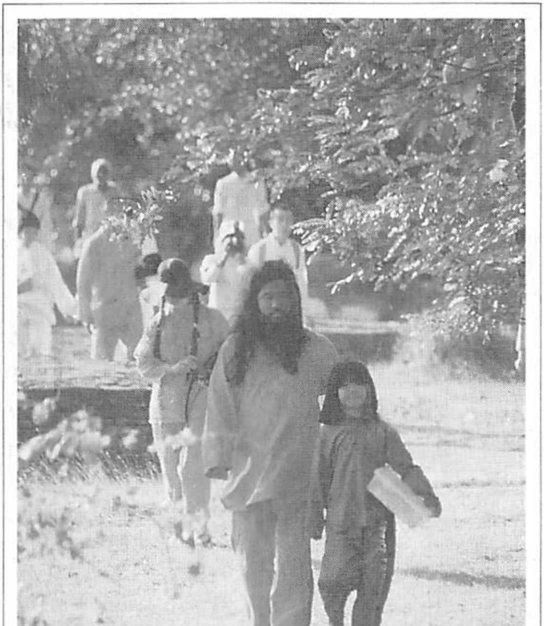
（尊師） 神聖天って、四段階あるでしょ。

だから、ちょうどそれはね、もっと別のわかりやすい表現を使うならば、ここに二人の人がいたとしよう。一人の人は大変文章を書く力は持っているけども、例えば運動は大変鈍い。運動神経は。もう一人の人は、運動神経は大変素晴らしいけども、文章を書く力はない。で、授業として、国語と体育の時間があったとして、どうかな。当然、国語の時間は文才のある方が優位に立つだろう。どうですか、これは。ところが、これがスポーツの時間に入ると、逆転するよね。

だから、わたしたちの世界というのは、しっかりと智慧をもって現象を見ればいろんなことがわかるんだよ、そうやって。同じことがいえるわけ。で、真理勝者（しんりしょうしゃ）というのは、だ

いたいすべてにおいて優れているけどね。ところが、ヒナヤーナでは優れさせないわけだよね。それは関係ないと。いいかな。

よし、じゃあ、終わりにしよう。



第八話　これぞ具体的八正道だ

八九年四月十二日

◉正見――四諦を背景として

はい、それでは、今日は、八正道について少し語ろう。
わたしは以前、『イニシエーション』(オウム出版)の中で、過去の遺物であると八正道を説いている。その理由は、この現代において八正道を行じることが、あまりにも難しいからだと。しかし、これだけの出家の修行者が集うオウム真理教では、その八正道の、まず一部を取り入れて、取り入れられないことはない。そのために、今日このようにして八正道を説こうと考えた。
まず、正見とは何だと。いいかな。まず正しく見る、正見とは何だと、ね。これは四諦であると、四つの真理であるということができる。この世の中を、すべては苦であると。そして、その苦というものは、必ずわたしたちを苦しめるものなんだと。そしてその苦を滅することはできるんだと。そして、その滅するための方法があるんだと。これが正見で

ある。

だから、仏陀釈迦牟尼の法というものは、いいかな、決して中途半端なものではない。そしてもう一つは、抽象的ではないと。抽象的ではないとはどういうことかというと、いっさいの曖昧さがないということだ、ね。ところが、例えば正見、正しく見ると、世の中を正しく見るためには云々という話があるとするならば、何を基準として正しく見るのかわからない。わかるね、言っていることは。

ところが、例えば正しく見るイコール、四諦であるといったらどうだ。はっきりわかるよね。この世の中を必ず苦として見なさいと。その苦というものは、必ずわたしたちに巻きついてくると。そして、それは滅することができるし、滅する道があるんだと。どうだ、これは。はっきりしているだろう。

◉正思惟――縁起の法に即して

では次、正思惟とは何ぞやと。正思惟とは、縁起の法である。いいかな。縁起の法であるとはどういうことかわかるか。まず、無明というものを根本としている。わたしたちがコーザルとつながっていないということを根本としている、ね。

そこから行が生じ、識が生じる。行によって識、名色、六処、触、受、愛、取、有、生・老・死・愁・悲・苦・憂・悩が生じる。そして、この苦を根本として、智慧ある者は信が生じる。信が生じて、修行に入り、クンダリニーの覚醒を行なうと、ね。そして、悦、喜、軽安、楽、三昧、如実智見、遠離、離貪、解脱のプロセスを歩く。これが、正思惟である。これについて深く考えること、あるいは苦の内容について深く考えること、四諦について深く考えること、これが正思惟である。

◉正語——四つの口の戒に沿って

では、正語とは何ぞやと、ね。正語とは、嘘をつかず、真実の言葉を語る。そして、悪口を言わず、人に優しい言葉を語る。そして、必要のない言葉を語らず、要件を足すに足る言葉を語る。互いを和合させる言葉を語り、決して仲たがいさせる言葉を語らない。いいかな。これが正語である、ね。正語、正しく語るとよくいわれているけど、その内容はわからない、ではないんだよ。これは、十戒の中の四つのことを指している。いいね。

◉正業——精神集中

では、正業とは何ぞやと、ね。これは、瞬間瞬間を——瞬間瞬間というのは、行為の瞬間瞬間を——精神を集中して生きる。例えば、動作の一挙手一投足にね、精神を集中するわけだ。これが、正業である。いいかな。じゃあ、この一挙手一投足に精神を集中するということは、いったいどういうプラスがあるだろうか。さあどうだ。わたしたちの成就は、まず第一には何から来るか。精神集中から生じるラージャ・ヨーガだったね。どうだ。そうすると、一挙手一投足に集中していると、ラージャ・ヨーガの成就は起こるか起きないか。これが正業のもともとの意味合いだ。

◉正命——未来際の平安のために

そして、正命というのは、正しい一生という意味である。正しい一生とはどういうことかというと、わたしたちのこの生というものは、瞬間かそれとも永遠のものか。もし大いなる生命の流れがあって、その流れの瞬間がこの人間の世界だとするならば、わたしたちは未来際にわたる福のために、この瞬間を利用することは、智者の行為だと思うか、それとも愚者の行為だと思うか。智者の行為だね。よって、この正命の背景にあるものは、こ

の一生というものを、いいかな、その未来際の福のために、未来際の平安のために使おうと、ね。

では、無智、凡夫、愚者はどういうふうに考えると思うか、それに対して。ああ、少しの徳がある。この徳を使って、使い果たしてしまおうと考えないか。どうだ。智者はどう考えるか。この喜びは高い世界の喜びに比べたら、愚者の喜びである。そして、今わたし自身は真理に巡り合っている。そうだな。そしてこの短い期間を、真理に費やすとするならば、少なくとも高い世界へ生まれ変わる。そしてそれだけではなく、涅槃することだってできる。どうだ。そう考え生きる、これが正命だ。だから、この正命の命というのは、生きるという意味があるんだね。いいかな。

◉正精進──正しい努力

そして、わたしたちがこのようにして五つの過程をマスターしたならば、六つ目、正精進。この正精進とは何だ。正しい修行ということになる。ね。つまり、生活規範がしっかりしたならば、その後正しい修行に入っていくわけだね。いいね。

では、この正精進とは何かというと、例えばワーク、これはもう君たちの今のプロセス

だ。これは正精進だよ。例えばマントラ、例えば瞑想、このようなものに対して精神を集中し、限界まで行なうと、ね。だから、どういうことかというと、精進イコール、努力だと置き換えてよろしい。いいね。だから正しい努力と。つまり、君たちが高い世界へ生まれ変わるための、あるいは神秘的な力をつけるための正しい努力と。これが正精進だ。いいかな。

●正念――四念処を根本として

じゃ、正念とは何ぞやと。正念というのは、まずオウムの成就というのは小乗から入っていくか、大乗から入っていくか。つまり、四念処がね、根本なんだよ。いいかな。四念処とは何かというと、はい、〝我が身これ不浄なり〟と、ね。男の肉体も女の肉体も、糞尿の製造機である。それ以外の何ものでもない。そして、わたしたちは、この肉体があるがために苦しまなければならない。あるいは、幻影を味わわなければならないと、ね。こんな不浄の肉体から離れなければならないと、ね。よって、この肉体が滅びたとしても、それに対して苦悩を味わう必要はない。これが、〝我が身これ不浄なり〟だ。

じゃ、〝受は苦なり〟とは何だ。すべての感覚器官のお蔭によって、わたしたちは苦楽

を味わっていると、ね。そして、楽は楽しいけども苦は苦しい。そうだな。よって、苦を離れなければならない。

〝心は無常なり〟と、ねえ。自分の心の無常さ、これはわかるよね。絶えず心は変化する。どうだ。そして、自分の心が変化すると同時に、自分の愛するものの心も変化すると、ね。よって、この自分の心の無常さ、あるいは他の心の無常さからも離れなければならない。

〝法は無我なり〟。これは観念そのものが、自分自身ではないと。わかるね。しかしわたしたちは、小さいときから培った観念を自分のものと思い、勘違いする。じゃあ、その典型は何かといったら、まず現代人の宗教観だ。現代人の価値観だ。これは、十人が十人そう考えているよね、だいたい。どうだ。ということは、わたしたちは他にそういう宗教観、価値観を叩き込まれたと考えていいんじゃないか。どうだ。じゃ、それは何からきているんだ。学校教育、それから雑誌、そして新聞、そしてラジオ、そしてテレビと、ね。あるいは、それを真に受けている大人たちと。いいかな。

しかし、それはわたしたちを正しい方向に、わたしたちを真理に導くものか導かないものか、ね。よって、〝法は無我なり〟と。これが正念だ。念というのは何かというと、正

しい集中ということになる。つまり、四つを絶えず思うと。集中し続けると。

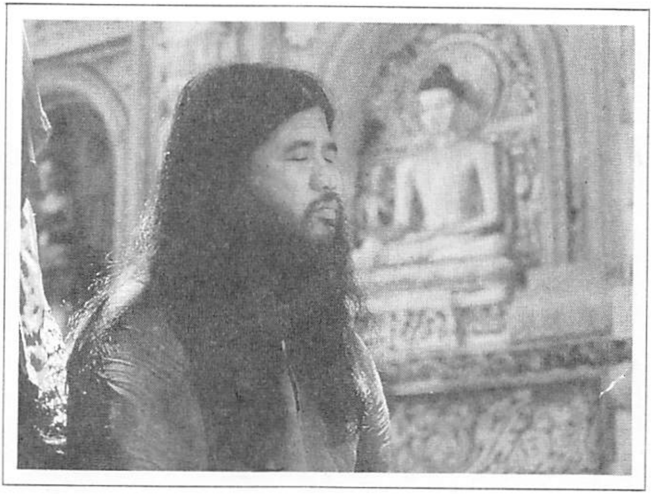
◎正定――正しい瞑想

そして、それを完全にマスターした後に、正定に入っていく。正定とは正しい瞑想だね。オウムでは、マントラ瞑想、あるいはツァンダリーの瞑想、グルヨーガの瞑想、いろいろあるから、これがこの正定に当たるだろう。

よって、八正道の真の意味とはこういうことだ。理解できたかな。ということは、出家行者である君たちは、この八正道を行じることは？　できるよね。在家行者であるわたしは、この修行を修行することはどうだ。難しい答えだね。

一般の人はどうだ。例えば、奥さんがここにいると。〝我が身これ不浄なり〟とね。「ああ、わたしの妻は糞尿の製造機である」と。あるいは、旦那さんを奥さんが見て、「ああ、この人は糞尿の製造機だ」と。家庭はどうなるか。よって、方便が生じるわけだ。方便という意味はわかるかな。方便というのは、要するに、条件に合わせて真理を変えていくんだよ。だから、在家には在家の修行法があると。出家には出家の修行法があると。そして、より厳しい方をとればとるだけ、解脱は早いか遅いか。わかるね。

はい、全力で頑張りなさい。



第九話　八正道から四諦十二縁起の法へ

八九年四月三日

◎三グナの本質——すべては苦

それでは、今日の説法に入りましょう。今日は、四諦十二縁起の法について触れたいと考えています。

この四諦縁起の法というのは、仏陀釈迦牟尼が成道（じょうどう）なさったときに発せられた、最も素晴らしいお経、教えの一つである。この内容は何かというと、この現象界の要素、構成要素三グナ——ラジャス、タマス、サットヴァ——といわれている三つのエネルギー、このエレメントは、総じてすべては苦である、苦に至るための要素である。

では、なぜ苦に至るための要素なんだと考えたとしようじゃないか、ね。そうすると、それはどういうことかというと、三苦というものをこの三グナというものは構成しているんだ。はい、三苦というのは何だったっけ。まず第一は、一緒にいこうね、痛みとか心の苦悩とかいう本質的な苦、どうだこれは。そして第二番目は、今まで得ていた楽しみが崩

れさるときに生じる苦。そして三番目の苦しみは、そこに、それを得ればすごく楽になる、あるいは幸福になるわけだけど、得ることができなくて生じる苦。求めても、その求めたものが手に入らないという苦。この三つだね。いいですか。そして、その構成要素を三グナはつくっている。エレメントはつくっている。いいかな。

よって、ね、まずこの世は苦であるという定義が生じる。そして、真我がニルヴァーナから落下し、その三グナの干渉を受けたと、ね。そして行――行というのは何かというと、身の行ない、口の行ない、心の行ないといった三つの行だね――この行が形成される、ね。それによって、わたしたちは苦を生起せしめるのだと。生起というのは何かというと、その苦が起き上がってくるんだ。いいかな。

例えば、ここにある人がいて、彼の中に貪りの心が生じたと、ね。そして、自分は優位な立場に立ちたいと考えた。そうすると、例えば他の人とかとぶつかると、ね。もし貪りの心が生じなければ、他の人とぶつかる必要はない。わかるかな、これは。よって、その苦の原因を生起せしめたのは、心の働き、身・口・意でいったら、意の働きによって苦悩が生起しているんだ。わかるかな。

そして、君たちの苦悩そのものは、その三つの行ないのどれかの要素によって生じるん

だ、ね。そして、当然苦というものは離れることによって、あるいは超えることによって、滅尽することができるんだよ、ね。これをヨーガ的な言葉を使うならば、三グナからの干渉を受けなくすることによって、滅尽はできるんだよ。いいかな、これは。そして、その滅尽をなすための法、それは聖なる八つの正しい道である。これが八正道だと。

◉正見――四諦を根本として

実は昨日、わたしは大阪へ行ってきたわけだ。今オウムは多くの人に真理を知ってもらおうと、多くの人に入信していただいて真理を実践していただこうということで、あちこちでいろんな催しをやっているわけだけど、その中の一つポアの集いというのがあって、そこへ行ってきたわけだけど。で、ある人が高橋信次の本をたくさん読んでいた。で、「わたしは、高橋信次先生の八正道というものを根本としていきたいと考えている。」と。

はい、よく聞きなさいよ、これは、君たち。大切なことだから。

「そうですか。ではあなたに質問しよう。あなたは現世において、出家をしないで八正道が行じられると思うか。」

「いや、それは思います。」
「あ、そうか。では、もう一つ質問しましょう。いったい、正見とは何ぞや。」
「正しく見るでしょう。」
「そうか。じゃあ、その正しく見るとは何ぞや。」
――沈黙、ね。
　でも、この正しく見るというのは、四諦にのっとって見る、これが正見だよね。わかるよね、言っていることは。つまり、この世は苦である。苦は必ず生起する。そして、それは滅尽することはできるんだ、離れたり超えたりすれば。その超えたり離れたりする道、それが聖なる八つの道である。いいね。
「じゃあ出家するしかないのか。」
「そうだね。」
そこで頭を抱えたと。面白いね、この人はね。八正道を行じたいといって、それで出家するしかないのかと、頭を抱えたと。ね。
　つまり、正見というのは、そのような目で見なさいよということだ。

◉真我の落下——身・口・意のけがれ

じゃあ、正思惟とは何ぞや。正しく思惟する、正しく思索するとは何ぞやといったら、これは、ね、すべてのものというものは、無明から始まり、行、識、名色、六処、触、受、愛、取、有、生、老、死、愁、悲、苦、憂、悩という苦悩と、ね。そして、苦悩、信、修行、クンダリニーの覚醒、そして、悦、喜、軽安、楽、三昧、如実智見、遠離、離貪、解脱なんですよと。でね、正思惟というのはそのように思索すると、ね。そのように思索する、これが正思惟なんだよ。

じゃあ、何だと。無明とは何ぞやと。無明というのは、わたしたちのこの身・口・意のけがれによって、わたしたちは純粋なわたしたち自身を見ることができなくなっている。それによって、身・口・意の正しくない行ないが生じる。これはちょうど、ね、けがれた鏡がここにあって、光を正しく反射することができないのと同じである。あるいはここにレンズがあって、そのレンズが正しく光を通すことができないのと同じである、ね。これが無明です。そして、行です、ね。

そして、その正しくない身・口・意の行為によって、わたしたちは六つの識、これは、眼の識、眼識(がんしき)、耳識(じしき)、それから鼻識(びしき)、舌識(ぜっしき)、身識(しんしき)、意識という六つの正しくないデータを

放り込まれる、ね。難しいでしょう、結構。小乗の経、『阿含経』といっても、その本質の縁起の法というのはなかなかわかりづらい。ところが、無智に覆われている現代人は、小乗より大乗が偉いんだといっている。もちろんそのとおりだ。しかし、その大乗はあくまでも、いつも言っているとおり、どうだ、小乗の上に立脚するものでなければならない。わかるね、言っていることは。ね。

◉正しくないデータ──曇った鏡

　そうすると、その正しくないデータによって、わたしたちは名色を形成する。で、この名色の名というのは、五蘊の中の受・想・行・識を表わしている。そして、色というのは四大エレメント、地・水・火・風を表わしている、ね。これに影響が生じてくるわけだね。その正しくない六識によってだよ。ね。

　そして、六処がそれによって感応し出す、ね。つまり、こちらの受け手側が、それによって正しくない反応をし出すわけだ。

　例えばだよ、ここに、彼がいると。そうすると、彼は人間であって、例えば手足を持っていて、顔があって、顔には目と鼻がついている。しかし、ある人は美しいと見るだろう。

ある人は醜いと見るだろう。ある人は美しくも醜くもないと見るだろう。なぜかといったら、先程言った、もうすでに六識の中で正しくない情報が入っていて、それが名色に影響を与え、いいかな、その名色の影響によって六処が動き出すと、ね。

そうすると、わたしたちは外界と接触することによって、これは触だ――その外界との接触の対象物は何かというと、要するにこの現象界、目に対する視覚の対象物と、耳に対する聴覚の対象物と、鼻に対する嗅覚の対象物と、味覚に対する、舌に対する対象物と、それから感触に対する対象物と、それから、わたしたちの意に対するね、つまり心に対する対象物、法だね、観念と、これとぶつかり合う、ね。

そうすると、もともとはだよ、君たちが成就をすれば、百人中百人、あるいは千人中千人、同じような目で見ることができるはずだ。それはちょうど、このように表現できる。ここに鏡があって、百枚の鏡があってだよ、その百枚がピカピカに磨かれたとしようじゃないか。いっさいの曇りのない状態と。どうだ、ここに物があって、それを同じように映し出すと思うか、違うように映すと思うか。どうだ。同じように映し出すよね。それと同じ状態になるんだよ。その鏡の大きさ小ささは関係ないよね。どうかな。

ところが、ね、けがれている部分が違うと、あるいは色合いが違うとどうなる。その百

枚ともすべてが違うように映し出すよね。わかるかな。そして、ここのところがポイントなんだね。これが先程言った六処の働き。もうすでに、だから見る側に問題があるわけだよ。そうすると、当然接触によって生じた、見られる側との関係というものは、ズレが出ている。これはOKかな。

それによって愛着が生じる、ね。それは、この色に対する、つまりわたしたちの視覚的な対象物に対する愛着であったり、あるいは音に対する愛着であったり、あるいはにおいに対する愛着であったり、あるいは味覚に対する愛着であったり、あるいは触覚に対する愛着であったり、あるいは観念に対する愛着であったりする。それが生じるんだ。いいね。

◉四つのとらわれ——有の世界の形成

そして、愛着が生じることによって、次はとらわれるわけだ、ね。例えば、いいかな、この煩悩は、この欲望はわたしたちを幸福にしてくれると、ね。いいか。例えば、ここに一個のミカンがある。このミカンを見て、「このミカンはわたしを喜ばせてくれる、このミカンはおいしい」と。どうだ。ところが、ある人はこのミカンに対して酸っぱいと。酸っぱいのが嫌いな人は、当然、このミカンはわたしを苦しめると考える。わかるかな、言っ

ていることは。これが、欲の限界である、ね。
そして次、例えばここにミカンがあってだよ、ミカンを食べると、例えば体を害するという見解を持っていたとしよう、ね。そうすると、そのミカンを見たときに、これはわたしの食べてはいけないものであるという見解が出てくる。どうだ。そうすると、それを戒のとらわれ、あるいは禁戒のとらわれといっている。いいかな。
そして、例えばこの法は素晴らしいと、あるいはこの法は素晴らしくないというとらわれ、ね。これは、どうだ、法のとらわれということになる。
そしてもう一つ、例えば、わたしは正しくて彼は正しくないんだと、ね。例えば、わたしの言っていることは正しくて、彼の言っていることは正しくないんだとか、わたしの行為は正しくて、彼は正しくないんだというとらわれが生じてくる。これは、我見（がけん）、我に対するとらわれといったようなものが生じてくる。
あるいは、単に美しい、美しくないといったようなものに心が縛られる場合もある、ね。いいかな。そして、このようにとらわれるがゆえに、当然三グナは心の働きによって世界を形成しているわけだから、そのような世界があちこちで形成されている。これが有（う）の状態である、ね。有というのは何かというと、実存していないものが実存していると。

◉すべては滅する——老死の苦悩

そして、その有というものは、当然生じて、維持されて、どうなる。滅せられる。わかるよね。そしてその中に、わたしたちはわたしたちのカルマによって生を受けるわけだ。生まれるわけだ。どうだこれは。大変素晴らしいね。ところが、これは有の世界だから、当然、生じ、維持され、滅せられるわけだね。そうするとどうなる。わたしたちは、そこで経験するのは老死である。わかるね。滅せられる前というのは、必ず破壊されるよね。どうだ。で、一つここで考えなければならないことは、いいかな、例えば飛行機だって金属疲労で落ちてしまう。よく聞くよね、金属疲労がどうこうって、ね。一見金属というのは、変化しないように見える。しかし、必ず変化するんだ。あるいはステンレスというのは、久遠に錆（さ）びないと、永遠に錆びないといわれている。しかし錆びる、例えば。

つまり、この世で無常でないものというのはないんだね。半永久的なものというのは、インチキだと思わないか。半永久というのは、絶対的な永久ではないわけだから。どうだこれは。そして、この世には半永久という、つまり寿命の長いものは存在するけども、絶対的な滅のないものは存在しないんだ。いいね。

よって、老死という苦悩を味わうと、あるいは病という苦悩を味わうと、あるいは生活

をしているときに、心に憂いだとか、悲しみだとかね、焦燥感だとか、いろんな心の苦悩を味わうということなんだ。

◉身・口・意の浄化――透明なる世界へ

じゃあ、それを滅するためにはどうしたらいいんだ。生を滅すればいいんだ、ね。つまり、この世に生まれてこなければいいんだ。生を滅するためにはどうしたらいいんだ。有を滅すればいいんだ、ね。有を滅するためにはどうしたらいいんだ。とらわれを滅すればいいんだ。とらわれを滅するためにはどうしたらいいんだ。愛着を滅すればいいんだ。愛着を滅するためにはどうしたらいいんだ。六処を滅すればいいんだ。

そこで、ヨーガの修行者たちは、例えば、五感を滅するプラーナーヤーマとかやるわけだね。目を閉じ、耳を閉じ、鼻を閉じて修行を続けるとかね、例えば。これは何かというと、視覚のとらわれ、嗅覚のとらわれ、あるいは、聴覚のとらわれといったものを滅するための一つの修行なんだね、例えば。いいかな。

そして、六処を滅するためにはどうしたらいいんだ、ね。名色を滅すると。名色を滅するためにはと、ね。識を滅すると。識を滅するためには行を滅すると。そして、その行を

滅するという、ね、この行を滅するというのは、止めるのではなくて、行を最も清らかな状態に、最もクリアな状態にしてと。で、そこで生じてくるのが八正道なんだよ。あるいは十戒なんだよ、ね。

例えば、殺生をしない、偸盗をしない、邪淫をしない。これは身の行ないの浄化と。でしょ、ね。あるいは、嘘をつかない、意味のない言葉を話さない、あるいは仲たがいさせる言葉を話さない、悪口を話さないと。これは口の浄化でしょう。心の中に貪りの心を生じさせない、嫌悪の心を生じさせない、あるいは真理を否定する心を生じさせない。これは、心の浄化でしょう。わかるかな、言っていることは。ね。

そして、それを日々行なう。その日々行なうための体系が八正道なんだよ。そして、行が滅すれば無明が滅せられる。無明を滅すれば、完全に滅すればね、透明な状態になる。そして透明な状態になったとき、わたしたちは絶対的な幸福、自由、歓喜を得るんだ。なぜならば、すべてのものをありのままに見るから。これが縁起の法です。

◉小乗の完成――貪・瞋・癡の止滅

じゃあ、その方法論はわかった。じゃあどうしたらいいんだというところに出てくるのが、

その苦から信が生じて、修行して、クンダリニーを覚醒させて、そして悦に入って、喜、軽安、楽、三昧と入っていくわけだ。なぜ三昧に入ればいいのかといったら、三昧というのは、まず少なくともこの肉体的な働きと、それから口の働きを停止した状態であるから。そして、すべてを知り――これは如実智見だね――遠離、離貪する、ね。遠離、離貪することによって、心の三つの浄化が起こる。これは何かというと、貪り、無智、それから嫌悪といった三つの感情が完全に止滅する。そして、三つの感情が完全に止滅した段階で、わたしたちは解脱したんだというわけだ。これが真の意味です。簡単だね。

はい、今日はね、君たちがまず小乗の完成をするために、絶対的に必要な縁起の法について説いた、ね。そして、この教えを君たちが実践するしないはそれは君たちの自由だけども、しかし実践すればそれだけ価値のあることだ。いいですか。



第十話　四つの幸福に至る道

八九年四月二十三日

◉悟り・解脱、幸福に至る四本の道

今日は、少しね、難しい話をしたいと思います。ではいったい、その難しい話とは何かというと、あなた方がね、最終の地点に到達するための道しるべの、まあいろいろな道があるわけだけども、それについての詳しい話をしたいと考えているわけです。

まず、悟り、あるいは解脱、あるいは幸福へ至る道といってもいろんな道がある。それを真理では、一応三本の道があると、最終に到達するためには三本の道があると。そして、それ以外に、幸福になるためには別に一本の道を設けていると。つまり、四本の道を設けているわけだね。

これはどういうことかというと、まず一般にいわれている辟支(びゃくし)とか、あるいは独覚(どっかく)といわれている、個が一生懸命グルについて修行し、そして悟り、解脱していく道。これが第一のパースであると、ね。次に、第二の道は何かといったら、これは多聞(たもん)といわれている

もので、要するにたくさんの説法を聴き、そしてそれによって真理を悟り、そして解脱していくという道と、ね。この多聞というのは、学僧の道ともいわれている。そして、もう一つは菩薩の道である。これは未来において、いつの世かに大乗の仏陀に生まれ変わるための道である。これが第三の道である。そして、第四の道は何かといったら、これは天界へ生まれ変わる道である。そして、この四本の道、これをわたしたちは幸福へ至らせるための四本の道といっている、ね。

ではいったい、辟支の道とは何かと、独覚の道とは何かと考えるならば、個が独自の修行によって——まあ独自といっても、もちろんグルは必要だけども——修行によって、心と、それから真我とを解放していく道である、ね。これには、例えば、ね、わたしの本をよく読んで学んでいる人は理解できるかもしれないけども、例えば五蘊に対する観想の法とか、あるいは十二縁起の法とか、あるいは七覚支の法とかいわれている、俗にいうところの七科三十七道品の修行である。しかし、これは出家をしなければできない。これが第一の道である。だから、未来において出家を考えている者は、まず、この辟支・独覚の道があるということを理解しなければならない。

そして、第二の道は多聞である。この多聞とは何かといったら、ね、できるだけグルの

そばにいてたくさんの法話を聴き、まあ今ではね、わたしのテープとか、あるいは書籍とか出ているから、これを聴く。出家修行者に対しては、富士では、まあだいたい月のうち十日くらいね、夜三十分から一時間ぐらいの説法をしているから、それを聴いて、そして何が真理で何が真理でないかということを悟る道。これが多聞の道である。

そして、第三番目の菩薩の道、これは在家にいながら、あるいは出家して真理を学びつつ、そして真理のために一生涯を捧げて生きる道。これが、第三番目の菩薩の道である、ね。

そして、第四番目の道は何かといったら、それは天界へ至る道である。これは、昨日のね、水戸、あるいは横浜でも説いたけども、要するに、三つの布施、それから十の戒めを守り、あとそれに二つつけ加えると。何かというと、粗末な寝床で寝るということと、そして貪りを離れるということ。それから、できるならば一日一食をとる、ね。これをなすならば、楽々と天界へ至る。

これが、四つの正しい道である。

はい、これでみんなに質問だけども、今日はこの四つの道の中のどれについて聴きたいと思いますか。どうですか。菩薩の道。他には？　多聞。他には？　出家。他には？　うー

ん。これは分かれてしまったね（笑）。

分かれてしまったということは、時間的制約があるから、表面をサラッと流すしかできないね。ではまず、早口でしゃべろうか。そうすると、大量のデータが入るから（笑）。どうだ。わたしは、早口でしゃべることが得意だからね。それとも、ゆっくりと浅くしゃべるか。じゃあ、中間ぐらいでまあ適当にね、ほどほどでしゃべりましょう。でも、いつもよりはちょっと速いペースでしゃべるようにしましょう。いいね。

◉五蘊から離れよ——辟支の修行

まず、辟支について、ね。まず、わたしたちを構成している身体的な要素といったら五つある。それは何かというと、色・受・想・行・識である。色というのは何かというと、肉体。受というのは感覚。それから、想というのは表層意識。行というのはわたしたちの意志、Willである。それから、識というのはわたしたちのデータ、あるいは意思、意に思うという意思ね。この五つである。

そして、この五つを我と感ずるからこそ迷いの生を受けるんだと、欲の世界に生まれ変わるんだというのが、この辟支の修行の第一歩である。よって、五蘊から解放されなければ

ばならない。

ということはだ、例えば在家にいてうまい物を食って「ああ、おいしい」と、もしこう考えたならば、この人は感覚にとらわれているよね。どうだ。ということは、この人は感覚にとらわれていることによって、解脱はない。

「ああ、わたしは美しい」と、「わたしは若々しくありたい」と、こう考えている人は、色にとらわれているよね。どうだ。よって、この人に解脱はない。ねえ。

あるいは、「ああ、わたしはなんて心の綺麗な生き物なんだろう」と考えている。これは、ね、表層にとらわれているよね。よって、この人に解脱はない、ね。

あるいは、いつも自分の意のままに世の中を生きることができる。この人は、行についてとらわれているよね。よって、この人に解脱はない。そのとおりだね。

では、「なんてわたしは知性に富んでるんだろう。わたしの知識といったら、それは世界のコンピュータを合わせたよりもすごい」と、こう考えている人はどうだ。識について――識というのは意識の識ね――識についてとらわれてるから解脱はない。

よって、これの、ね、色・受・想・行・識のだよ、まず無常性――無常性というのは何かというと、例えばここに意志があったとして、その意志が達成できないときの苦しみ、

ね。あるいは、肉体というものは必ず滅び去っていくものなんだという思い、ね。わかるかな。この、まず無常性について瞑想する、ね。そして、無常なものは苦であろうか楽であろうかと考える。どうだ。苦だね。

だから次は、この五蘊について、苦について瞑想する、ね。そして、真我の定義がだよ、絶対自由・絶対幸福・絶対歓喜と、それから不変という定義があるとするならば、例えばわたしたちの肉体というものは、その条件を満たしているだろうか満たしていないだろうかと。どうだ。満たしていない。ということは、実体が本当に存在するのだろうかしないのだろうかと考えたら、どうだ。夢みたいなものだよね。わかるかな。よって、空についで考えると、ね。そして、この無常、苦、そして空、これによって、これは果たして我であろうか、あるいは我でなかろうかと考えたら、どうだ。難しくなってきたでしょう、少し。どうだ。絶対自由・絶対幸福・絶対歓喜を我だとしたら、我ではないよね。よって、無我、あるいは非我について考える。これが、簡単にいうならば、辟支の修行である。

◉八正道――瞑想へのプロセス

ただ、これだけではないよ。ね。もちろん、八正道の正見についても考えなければなら

ないし、ね。例えば、この世の中において、いったい無常、これを超えるものはあるのであろうかとか、あるいは、苦しみを超えるものはあるのであろうとか、あるいは、わたしたちに絶対的な幸福をもたらすものがあるのであろうかと考えると。これが、ね、物事を正しく見るという見方だね。

そして、それによって、いやそれは存在しないと。では、なぜ存在しないんだというふうに正しく思索していく、ね。これが正思惟である、ね。

そして、わたしたちは縁起の法によって、つまりカルマの法則から脱却することができるかできないか、どうだ。できないとするならば、まず高い世界に生まれ変わらなければならない。ということは、身・口・意の三つの行について、正しく思い、正しく語り、そして正しく行じなければならない。その中の正しく語る。人に優しく真実のみを語るという、正語の実践が出てくる、ね。

そして、正しい瞑想生活をするために、瞬間瞬間を精神を集中して生きる、ね。これが正業である。一日一生という言葉があるけども、これは何かというと、瞬時を全力で、瞬時を集中して生きなさいと。

そして、それは次に、正しい生き方につながる。正しい生き方とは何だ。悪業を積まな

いで、善業のみを積んで生きる生き方だ、ね。これが正命である。
そして、この世の中で最も素晴らしいもの、それは何かといったら、修行である。修行に全力を傾ける。これが正精進である、ね。
そして最後の二段階、これは辟支仏の根本をなしているものだね。四念処観（しねんじょかん）というものがある。それは、我が身、わたしの身体は無常で汚い。だからこの肉体から離れようと、ね。わたしたちの感覚というものは、苦しみの原因であって、決して楽をもたらしてくれない。だから離れようと、ね。人の心、あるいは我が心というものは絶えず転変する。だからそこから離れようと、ね。そして、わたしがわたしだと思っている考え方、観念そのものは、これは、実際は単なるデータであって、我がものではない。だからこれにとらわれることは、わたしを苦しめるものである。だから離れようという四つのプロセス、四つの念処――念というのは思いを凝らすところという意味だね。
そして、最後の正定、正しい瞑想に入っていくわけだね。そして、表層意識を落とし切ったら、次は潜在意識を落とし切って、そして辟支仏となって解脱する。
ただ、ここでは、負荷がかけられていないんだね、負荷が。負荷というのは何かというと、個が自分の道に沿って歩いていけばいい生き方だから、負荷はかかっていない。だか

ら、できるだけ人里離れた、例えば富士山の道場みたいなところでね、絶対的な修行環境のもとで修行し、落としていく。でないとだよ、例えば一方ではデータを消すと、一方ではテレビ、ラジオ、週刊誌、人との会話によってデータを入れているとしたら、どうだ。表層意識、潜在意識は浄化されると思うかされないと思うか。だからここでは、ね、離貪、あるいは遠離、ね、すべてから離れるということが必要なんだよ。よって、辟支の条件というものは、絶対的な修行空間でなければ成就しない。

はい、これで一つ終わった。どうだ。理解できましたか。はい、次いこう。

◉多聞——真理のデータの入れ替え

では、次は多聞だ。多聞というのは、どちらのデータが多いかで決まる。これは何かというと、わたしたちを動かしている原動力というのは、潜在的なデータである、ね。すると、例えば邪淫に関するデータ、あるいは綺語（きご）に関するデータ、あるいは楽しみに関するデータとだよ、修行に関するデータと二つあるとしよう。一方は、わたしたちを三悪趣（さんあくしゅ）に生まれ変わらせるためのデータというものは、一日のうちのね、例えば十五時間聞いている。で、ある人が一生懸命修行して、一日一時間、正しいデータを入れた。これはどうだ。

どちらのデータが勝つと思うか。三悪趣のデータが勝つよね、当然。わかるね。だから、そうではなくてね、徹底的に正しいデータを入れる。一日五時間、八時間、十時間と説法を聴くと、ね。あるいは、いらぬデータを入れないで、その説法のデータだけを入れる。

例えば、一時間は現世的なデータと、三時間は修行に関するデータが入ったら、どちらが優位になると思うか。これが、多聞で成功する条件である。そして、そのたくさんの教えの中から自分に合ったものを選び、一つずつ瞑想していく。ということは、現代ではどうだ。この多聞というのは？　しづらい。そのとおりだね。これが、第二のわたしたちを幸福にしていく道である。暗くなるなよ。第二番目につけ加えるならば、これも出家の方が有利だというのはわかるよね。どうだ。

◉菩薩――救済にすべてを捧げる

そうすると、第三番目の道、これは何だと思うか。これは菩薩の道。これは、できるだけ善行を積み、これは現世にいても一応できるよね。そして真理を学び、そしていいことを語りながら、救済のお手伝いをする、ね。そして、今生では達成できないけども、未来際において必ずや大乗の仏陀として生まれ変わりたいという発願をなし、例えば身体まで

をも布施してしまう。どうだ、この菩薩の道は。これはもちろん、在家でもできないことはないよね。どうだ。仏陀釈迦牟尼の「本生経（ほんじょうきょう）」では、よく妻や子供を布施したという話があるけどね。あるいは自分の肉体を布施したと。

では、オウムの修行システムを見て、マハー・ムドラーの成就後の修行、これはどうだ。自分たちが今まで培ってきたプラーナ、純粋なエネルギー、あるいは心の清らかさと、それから、どうだ、けがれきっているエネルギー、あるいは心のデータとを入れ替えるという布施を行なっているよね。で、大乗イコール菩薩の修行と考えたらよろしいから、この四つ目の修行（大乗のヨーガの修行）にね、わたしがなぜシャクティーパットを含めたエネルギー移入を加えたかという意味がわかるよね。それによって一気にステージは落っこちるわけだし、肉体の状態だって悪くなるわけだから、ね。それと同じことを、あなた方が、例えば在家において行なう、ね。これが、第三番目の菩薩の道である。で、菩薩は、在家でも出家でもできる。しかし、かなり厳しいものがある、ね。

◉天界に至る道――七つの善行

そして第四番目、これは楽だね、案外。まず、一生懸命三つの布施を行なう。皆さんは、

三つの布施というのは知っているかな。はい、じゃあ一緒に。財施、安心施、法施。はい、そうだね。そして、十の戒めとは？　不殺生、不偸盗、不邪淫、不妄語、不綺語、不悪口、不両舌、不慳貪、不瞋恚、不邪見というね、十の戒めだね。

で、もう一つ、七つの善行、これは先程も言ったけども、まず、生き物を殺さないで慈しむ、第一。いいかな。第二、人のものを盗まないで施す。そして第三、愛のないセックスをしない、あるいは、夫は妻、妻は夫以外とセックスをしないという、ね。あるいは、精を漏らさない、厳しくなってくるとね。第四、嘘をつかない。

第五、一日一食。はい、なぜ一日一食だと思うか、君たちは。――この話はイニシエーションと同じくらいの価値があると考えていいよ。エネルギーを下げる、それもあるかもしれないね。貪りを滅するのもあるかもしれないね。しかし、本当の理由は、いいかな、わたしたちが食事をたくさん食べるということは、それだけプラーナを使うと思うか使わないと思うか。ん？　使うよね。ということは、プラーナが欠乏した状態になると思うかならないと思うか。

ものを正しく見る、あるいは神通の源はプラーナを蓄えることなんだね。そして止めることなんです。そして例えば、わたしはコンディションのいいときは、一日にまあ六〇〇

カロリーとか七〇〇カロリーで過ごしているけど、その理由というのはね、もうそれだけであとは簡単な瞑想をすれば、呼吸が停止してしまうんだよ。つまり、プラーナを使わなくてすむわけだ。ということはどうなりますか。プラーナを使わないですむということは、修行の進み具合は非常に速くなるよね。それから心は静止してくるよね。どうだ。よって、一日一食がいいというわけだね。

これは、後世の大乗の修行者は、食事はあまり関係ないと。で、二食、三食としてきたけども、これには大きな問題があるとわたしは思います。なぜかというと、仏陀釈迦牟尼自体がね、一日三食、これは獣の食事である、一日二食、これは人間の食事である、一日一食、これは聖者の食事であると言っていらっしゃるところからわかるとおり、この中には深遠な意味が含まれているわけだね。だから生き物、動物たちはたくさん食べることによって、それを消化することのみにプラーナを使っている。それは意味がない、ね。人間は、それよりも少し心を乱さない訓練をするために、二食にする。そして、聖者は一日一食を取ることによって、心は安定する。で、呼吸は停止する。いいかな。そういう意味があるから一食がいいんだよ。いいね。

そして第六番目、これは、できるだけ粗末な布団に寝る。あるいは、在家であっても、

できるだけ粗末な生活をする。これはどうだろうね、わたしたちが欲を満足させればさせるほど、徳はすり減るだろうかすり減らないだろうか。そして、わたしたちはそんなにいい格好をしなくとも、どうだろうね、生きてはいけるだろうかいけないだろうか、ね。そしてまあ、経典ではね、これは硬い布団に寝なさいとなっているんだけど、わたしたちが安楽な布団に寝るということは、それだけ長く睡眠をとることになるんだね。そして心に緊張がなくなり、魔が入りやすくなるわけだ。だから、できるだけ粗末な寝具に寝る。これが、第六番目の条件である。

◉貪りを離れよ――エネルギーの純化

そして、第七番目の善行は、いつも貪り――これはね、辟支もそうだし、多聞もそうだけども――喜貪（きとん）や欲貪（よくとん）をしたら駄目なんだね。喜貪というのは何かというと、貪りを喜ぶ。あるいは、欲を貪るような生き方は駄目なんです。それを絶えず意識しながら、わたしは貪っていないかなと、貪りを喜んではいないかなと、わたしは貪りを喜んでいるとしたらそれは無智だなと、それを早く脱却したいなと思いながら貪っていると、そのうちに弱まってくる、貪りというのは。

ところが、「ああ、貪った。幸せだ」とね、「ああ、食った食った。幸せだ」と、「ああ、性欲を満足させた。幸せだ」と、「ああ、わたしは怒りを発散して満足したぞ」と。これをなしていると、少しずつ少しずつエネルギーは下降して、あるいはエネルギーはけがれてくるんだよ。いいかな。よって、貪りを離れる訓練をする。この七つ――そして先程言った、布施、十戒を守る、そして七つの善行を行なうことによって、わたしたちは間違いなく天界へ生まれ変わるんだよ、ね。

じゃあ、君たちに聞こう。天の寿命はどの程度あると思うか。はい、まず第一天界、四天王衆天はどの程度の寿命だと、インド哲学ではいっていると思うか。まず、人間の五十年が神々の一日であると。そして五百年生きると。長いねえ。どうだ。次に、三十三天はどうだ。人間の百年が神々の一日であると。そして何年生きるんだ。千年生きると。第三天界の夜摩天は、人間の二百年が神々の一日であると。そして二千年生きると。次の兜率天は、人間の四百年が神々の一日であると。そして四千年生きると。楽変化天は、人間の八百年が神々の一日であると。そして八千年生きると。他化自在天は、人間の千六百年が神々の一日であると。そして一万六千年生きると。

このどの世界に生まれ変わるかはわからないけども、君たちが先程言った実践を今日こ

れから行なうならば、間違いなく天界へ生まれ変わるだろう。どうだ。
そしてね、これは君たちには絶対に実践してほしくないんだけども、仏陀釈迦牟尼の弟子たちはだよ——エピソードとして伝わっているんだけど——あるとき、お釈迦様がね、弟子たちに説法をしていて、弟子に聞いた。
「なぜ近ごろこんなに弟子が減っているのか。この弟子たちは在家に帰ったのか。」
「いや、そうではございません。お釈迦様の説法をお聴きになった弟子方は、みんな自殺したんです。そして、神々の世界へ生まれ変わろうと言って。」
だからあなた方も、わたしは、例えば今日から三年間善行を実践して、その後自殺しようなんていうことは、絶対に考えないように。いいね。しかし、間違いなくオウム真理教の真理の実践を行なっていれば、必ず天の世界へ生まれ変わるでしょう。しかしそれは、真剣にね、実践しなければならないよ。

第十一話　寂静と観照

九〇年三月十九日

はい、それでは、今日は先に質問を取ろうね、まず。

（質問者A）「道相応」についての八正道で、ちょっといろいろと疑問を生じましたので質問します。

そこには、八正道を修習して何度も繰り返して修行するならば、三つの有が断じられると。三つの有というのは、欲有、色有、無色有――これは、欲界の生存、色界の生存、無色界の生存ではないかと思うのですが、それを証智、悟り知って、あまねく知って、あまねく滅尽して、断じることができると書かれてあります。それでまた、上分結に関しても、やっぱり断じることができると。つまり、小乗のニルヴァーナを断じることができるとそこには書かれているわけで、そうすると、八正道というのは大乗の教えではないかと、そういう気がしてならないのです。

しかし、八正道の中を見ると、例えば正念というのは四念処観ですから、大乗の教えが

どこにあるのかというのも、ちょっと引っかかっているところなんです。そのへんのところは、ちょっとわたしの推測の範囲を出ないのですが、誤っている誤っていないを含めて、ちょっとお聞かせ願いたいのですが。

(尊師) まず、Aに質問をしたいことがあります。それは、小乗と大乗のどこが違うんだということ。その差異ね、それを聞かせてほしいんだけど。

(質問者A) 単純に到着地点というか、つまり小乗のニルヴァーナの到着地点は非常に帰ってきやすいというか、不安定なニルヴァーナですけれども。八正道というのは、そこを最終の地点にしているのではなくて、つまりマハーヤーナと、そういう地点を目指しているのではないかという感じがしたんです。その小乗と大乗という言い方は、そういう意味の小乗と大乗です。

(尊師) じゃあ、もう一つ質問があります。その最終地点に到達する、当然道のスタート、道の中間があるわけだけど、その差異は何ですか。

(質問者A) まあ、小乗と大乗の差異といったら、やっぱり、利他ということとなるかと思います。四無量心ですね。

(尊師) では、次に質問があります。八正道の、例えば正見というのは、貪(とん)・瞋(じん)・癡(ち)とい

う三つの煩悩について正しく理解するというか、まあ要するに、それを正しく見つめるということだったと思うんだけども。で、例えば、まあそれは正思惟についてもそうだし、正語についてもそうだし、そこで書かれている一応内容がある。これはいいですね。

で、例えば、まあオウムの言葉を使うならば、二正勤二正断という正勤の実践があるとしましょう。で、釈迦牟尼の弟子にはいろんなタイプがいて、即、山にこもって修行するタイプ、あるいは、この現世にいて法を説きながら修行するタイプ、いろいろいると思うわけだけど。どうだろうか、例えば、山にこもる人にとっての正語というのと、それから山にこもらないで、この現世の生活の中にいて修行を進めていく人たちの正語というのは、同じだろうか違うだろうかという質問についてはどうでしょうか。

（質問者A）はい、違うと思います。

（尊師）ということは、八正道というのは、単なる八つの聖なる、要するにプロセスであって、その中に含まれている言葉一つ一つの意味合いというものを正確に理解し、そして検討しないと、そこで当然誤った見解が出てくるんじゃないかと思うけど、それについてはどうだろうか。

（質問者A）ええ、そのとおりだと思います。

（尊師）例えば、正念という内容があって、まあそこには、一応四念処が、普通は説かれている。しかし、その四念処だけではなくて、例えば、それから一歩進めて、例えばツァンダリーとか、あるいは大乗のツァンダリーとか、あるいはヴァジラヤーナのザンゲになったとしよう。

もともと正念という意味は精神集中だから、その精神集中を正しく行なう、聖なるものに対して正しく行なうということが狙いなわけだよね。そうすると、例えば、その修行を正念といえないこともない。これについてはどうだろうか。

（質問者A）そのとおりだと思います。

（尊師）だとすると、最後に来る正定についても、当然到達するプロセスが違うんじゃないかと。つまり、道の初め、道の中間、道の終わりがあるわけだけど、もうすでに、小乗の歩き方と大乗の歩き方とでは、その歩く道が違うと思うわけだけども、どうだろうか。

（質問者A）はい、そのとおりだと思います。

（尊師）ということは、行法の、例えば八正道イコール、一応はヒナヤーナのプロセスであると説明をしている。それは、例えば『阿含経』に載っている八正道の、しかも今日本で知られてる八正道の説明をするときの、一つの方便であると考える。それについてはど

うだろうか。
（質問者Ａ）そのとおりだと思います。
（尊師）現に、例えば十戒の戒めの中に、これは大乗の十戒にしろ、小乗の十戒にしろ、例えば、嘘をついてはいけないとか、悪口を話してはいけないとか、仲たがいをさせる言葉を話してはいけないとか、曖昧な言葉を話してはいけないとか、必要のない言葉を話してはいけないとかいう内容があるわけだよね。これは正語に属すると思う。そうすると、それはヒナヤーナの修行であると、ヒナヤーナの人たちは断定するだろう。ところが、それは大乗の六つの極限のベースにもなっている。これはどうだろうか。
（質問者Ａ）はい、そのとおりです。
（尊師）ということは、先程も言ったとおり、八正道というのは、単なる修行法の分類、それにすぎないのではないかと考えるけど、それはどうだろうか。
（質問者Ａ）はい、そうです。
（尊師）だとすると、そこで八正道イコール、ヴァジラヤーナの修行といえないこともない。あるいは、マハーヤーナの修行といえないこともない。あるいは、ヒナヤーナの修行といえないこともない。

要するに、例えばここに、ラーメン屋があって、そのラーメン屋の中で、例えばカレーライスを売っているところもある。そうだよね。あるいは、うどん屋で、例えばおにぎりを売っているところもある。そうだよね。でも、その店はラーメン屋であり、うどん屋である。それと同じように、例えば正見、あるいは正思惟、あるいは正語と、こう一つ一ついくわけだけど、それは単なる、要するに店屋を表わしていると。その中身については、例えば、まあいろんな方便、いろんな比喩によって、若干内容が違うと思うんだね。それはどうだろうか。

（質問者Ａ）はい、そのとおりです。

（尊師）だとすると、八正道が大乗の道であるといえないこともない。しかし、一般に日本で知られている八正道の内容は、明らかにヒナヤーナの内容である。これはどうだろうか。

（質問者Ａ）はい。

（尊師）そして法を説くとき、八正道の説明をするならば、まず皆さんの知ってる八正道の内容について検討をする。これはどうだろうか。

（質問者Ａ）はい、そのとおりです。

（尊師）納得していただけましたか。
（質問者A）はい。どうもありがとうございました。

◉八正道と六つの極限における寂静と観照

まず、今日の講話は、寂静および観照についてお話をしたいと思います。

よく経典を読むと、「涅槃」「寂静」「ニルヴァーナ」という言葉が出てきます。そしてもう一つ、「無明欲を断じ」という言葉が出てきます。あるいは、これは「無色欲を断じ」という言葉でも置き換えることができます。そして、これが八正道の中の正定、このステージにおいてどんどん純化されていくと。

ところが、大乗の六波羅蜜の修行の中において、五番目の禅定波羅蜜、瞑想の極限、このときに、同じように「止」と「観」、つまり、寂静および観照という言葉が出てきます。ということは、先程Aが問うたように、同じなのかと。八正道と、それから六つの極限は、同じなのかという疑問が出てくる。

しかし、この八正道と六つの極限の到達点は、つまり、八正道における一つ一つの課の内容、例えば正見、正思惟、正語、正業という、この一つ一つの課の内容を入れ替えてい

けば、確かに八正道と六つの極限とは同じ地点に立てるといえないことはないでしょう。しかし日本では、一般的には八正道イコール、ヒナヤーナの教えであると説かれています。
では、その違いは何かというと、要するに八正道の実践は、ぶつ切りの修行ができるんだという特徴があると。そして、例えば沈黙の行を、山にこもり行なうことにより、正語の実践をする必要がなくなると。つまり、しゃべらないということによって悪業を積まない。善業も積まない。そして、正語の実践をそれによって行なう。そしてニルヴァーナへと至る。
ところが、六つの極限においては、布施、奉仕という、まずベースがあり、そして、この布施、奉仕のもともとの狙いは、例えば布施というものは、自己の執着を捨てるという寂静の部分と、それから徳を積み光を増すという観照の部分とに分かれることができます。奉仕の場合についても同じで、自己の目的によって生きるということを捨てるという寂静の部分と、それから徳を積むという、同じように観照を強めるという、二つのパートが存在する。
ということは、Aを目的にして、例えば結婚願望のために布施を行なう人にとって、寂静を得ることはできない。その代わり、光――観照智を増すことはできるといえるでしょ

う。同じように、奉仕についても、例えば「この奉仕によって何々がかないますように」というような願望を持った場合、当然、寂静の状態を得ることができない。しかし、逆に観照の力、つまり光を増すことはできるでしょう。

これは、十戒についても同じことがいえます。例えば、殺生をしないと。生き物を殺さないがゆえに心は安定する。そしてその反対に、生き物を慈しむことによって、心の光を増すことができるといえます。

では、偸盗はどうか。あるいは邪淫はどうか。このような形で検討していくと、このすべてが、一つは寂静、心を静めていく働きがある。そして、もう一つは、観照する働きがあると、光を強める働きがあるということに気づきます。

◉二つの大きな武器

そして、この修行によって、第三段階の意志力強化の修行、そして四段階の修行に邁進する修行、これを達成していく段階において、心は静まり、観照する智慧が増大します。そして、その二つの大きな武器をもって、正定の、あるいは精進、禅定といったプロセスに入っていきます。ということは、もともと布施、あるいは奉仕、あるいは持戒、あるい

は意志力の強化、あるいは大きな功徳を積むために流布するというような修行を行なっていない人が、いくら瞑想を行なったとしても、そこには光も存在しないし、あるいは心の静けさも存在しません。

心の静けさと、それから光が存在しない場合、ここに例えば湖があったとして、それがものすごい波を打っていると、かき回されていると。そうすると、湖底の、例えば土、例えば藻、こういうものがうねり、湖底を見ることはできない。その上に、それを見るための光がないとするならば、どうだろうか君たち、そのものの本質を見極めることができるだろうか。例えば、この湖は湖面には何々が存在していて、湖中には何々が存在していて、湖底には何々が存在しているということを理解できるだろうか。

そして、デーヴァに至る神々の修行は、これは阿修羅（あしゅら）もそうだけどもね、この欲界の修行というものは、特に高い世界へ生まれ変わるためには、これらの中の寂静を無視し、そして光だけは強いと。ということは、うねりの途上のものを見ることはできるが、最終地点を見ることはできないといえるわけです。

◉目的を認識せよ！

そして、この八正道の修行は、あるいは六つの極限の修行は、最終地点を同じくしていますと言ったのは、その一つ一つの内容そのものが、寂静、そして観照する、光を強めるという点において共通しているからである。

例えば、わたしたちの根本、これが貪り・嫌悪・無智といった三つの心の働きであるということが理解できない人がいたとしましょう。もしこの人が、貪り・嫌悪・無智という三つの心の働きというものを理解できないとするならば、例えば二正断二正勤を行ずるとき、何に対してザンゲを行なうのかと、あるいは何に対して功徳を積むのかということが、当然理解できなくなるはずです。それはどうですか。

同じように、例えば正語、正しくものを語るという場合においても、何のために正しくものを語るのか、あるいは何をもって正しいとするのかということについて、当然理解ができなくなるはずです。これはどうですか。

そして同じように、何のために出家するのかと、何のために修行するのかということについても、その人は曖昧な答えしか出すことができないでしょう。なぜならば、その人はもともと問題というものを持っていないからである。

つまり、修行の目的というものは、自己の内側に問題があり、その問題に解答を与えるために修行をしているんだという認識がなされていないからである。そしてこれが、下から上昇するための修行をしている人たちのプロセスである。

◉救済者と修行者の違い

では、救済者は何を考えるのだろうか。救済者は、一応寂静、あるいは観照の力を得たと。そして、何が実体で何が実体ではないのか、あるいは、何が魂を本当に幸福にさせるもので、何が魂を不幸にさせるものなのかということを十分に知り尽くしていると。そして、他の魂が本当の意味での幸福な道を歩くために生きると。

当然、本当の意味で幸福な道を歩くために生きるわけだから、修行者が涅槃に至る道、あるいは観照する光を強める道と、また違った道を歩かなければならない。なぜならば、それはあなた方もよく知ってのとおり、自分自身の寂静を得るということと、それから周りを寂静の道へ入れていくということは、全く別物だからである。

つまりそれは、修行者の目的は、自分の心を完全に寂静、そして観照する光を強めるということ、これが問題の答えとなってくる。じゃ、その問題とは何かというと、心の本質、

貪り・嫌悪・無智といったものを消滅するということ。その答えというのは、寂静、観照する力を強め、如実智見となり、そして遠離、離貪し、解脱するというプロセスを当然歩くことになる。

では、救済者は何を考えるのか。一般の人たちがなしている心の貪り・嫌悪・無智から生じるいろいろな口の業、あるいは心の業、あるいは身の業に対して、それをなさないように、そして未来において修行し、その貪り・嫌悪・無智といったものを完全に断じ尽くさせる道筋をつくる。つまり、これが問題である。ということは、当然答えはまた違ってくる。

そして、問題の違うものに対する同じ答えというのは存在しない。ということは、今わたしの中にある世界、わたしの中にある問題、わたしの中にある答えと、それから、今ここで修行を行なってる方々の問題、そしてその答えとでは、おのずと変わってくる。

◉すべては寂静と観照から

そして、あなた方が早く、まず本当の意味での寂静を得、そして光を強め、観照する智を増大するならば、そこで二つの道が分かれてくる。

それは、この世はもともと貪り・嫌悪・無智といった三つの煩悩で構成されている世界だから、この世に存在するということは苦である。よって、この世から早く離脱し、そして絶対的な自由・幸福・歓喜の空間に自己を置こうと。これがマハー・ニルヴァーナへ至る道である。そして、すべてを完全に知り尽くした人は、いっさいの煩悩のけがれというものに対して、そこから離脱するだろう。出離するだろう。

逆に、本当の意味での救済、特に四つの無量心を中心とした救済というものが中心となった場合、相手の煩悩を多く受け、そして、その人が近い将来において解脱していく、あるいは修行に入っていく道を選ぶ。ということは、その人は煩悩にまみれる道を選ぶだろう。

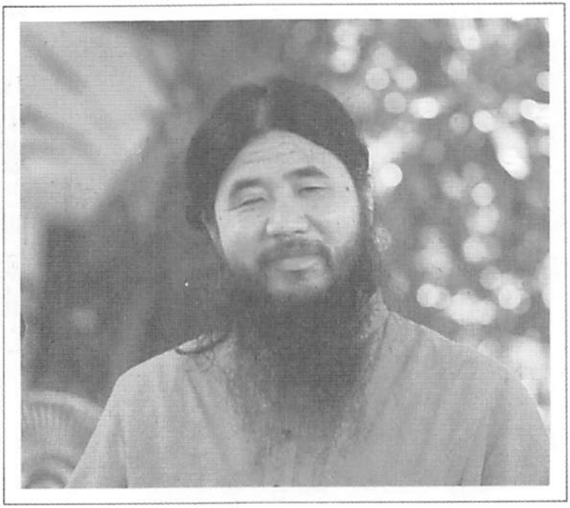
しかし、ここでのポイントは、その人が、これは貪りであると、これは嫌悪であると、これは無智であるということをはっきりと理解し、これは悪業であると、これは善業であるということをはっきりと理解した上で、その行為を行なっているかどうか、その言葉を発しているかどうか、あるいは、その心の働きを生じさせているかどうかということがポイントとなってこよう。

そしてこの道は、先程も述べた、完全にその人が「止」――止まっている状態、寂静の状態、「観」――光が強くて、そのすべてを見通す力を得た状態、この状態に立たなければ

ば、理解できないんだということをここにつけ加えておきたい。

そして、オウム真理教の修行は、その六つの極限をベースとし、あなた方の心を止める、そして光を強めることが修行である。そして、心を止める最も素晴らしい方法、これがヴァジラヤーナのザンゲであるということがいえよう。

破戒をする人、この人はマハーヤーナのコース（当時の直弟子の修行法の一つ）で救済されることはない。なぜならば、この人はもともと煩悩に弱いからである。煩悩の本質を理解していないからである。よって、例えば性欲の戒を破った人、例えばどうしても食欲の戒が守れない人、この人たちはヴァジラヤーナのコースに入り、落とす必要がある。もし、この人たちがマハーヤーナのコースを選ぶならば、いつかつぶれるだろう。そして三悪趣に生まれることは間違いないとわたしはここで断言しましょう。



第十二話　八正道と四無量心

九一年一月三日

●心をさいなむ幻影

人の心というものは、幻影にさいなまれている。この幻影というのはいったいどういうことかというと、自己の目的、自己の利益というものと相反する方向にベクトルの向きをつくってしまうということである。そして、そのベクトルの向きを本当の意味で自分自身のために向けること、それが八つの実践、そして四無量心（しむりょうしん）である。

スタートから、いきなり抽象的な話になってしまった。もっとこれを具体的に表現したいと思う。

まず、人はだれでも幸福にありたいと考える。そして、その幸福という意味合いは、チァクラの示す煩悩の満足度で決まる。そして、その煩悩を満足させるための心の働きは、自己の利益と相反する方向へ現象を動かしてしまう。

例えば、おいしいものを食べたいと、たくさん食べたいと考える者がここにいたとしよ

う。この者は、初めのうちはおいしいものを食べ、そしてたくさん食べるという行為に走った。ところが、この味覚というものは、年齢とともに退化し、そして、そのおいしさを味わうことができなくなる。ところが、もしこの魂が自分のおいしいと欲するものを布施したとしよう。すると、布施された対象の喜びの感覚がその布施した者の心に伝わり、そして布施した者の味覚は倍増し、人の味わえないようなおいしさを味わうことができるはずである。

例えばこれは、「ガティーカーラ経」というお経、これは『南伝大蔵経』の「中部経典」に入っている内容の中にもあるが、ずっとずっと以前に登場したカッサパ仏を供養したガティーカーラは、そのカッサパ仏に対して供養した功徳によって、二週間、歓喜の状態にあったといわれる。

では、量についてはどうだろうか。これも同じように量をたくさん食べるということは、ひたすら胃袋が下がり、そして下垂し、大量に食べないといられなくなる。つまり、それは、初めの段階では少しで満足した胃袋が、大量に量を放り込まないと耐えられないという状態なのである。もし、この大量の食糧の一部でも布施をするならば、その人の胃袋は死ぬまで健全な状態であり、ある一定の状態で満足を覚えることができるはずである。皆

さんも知ってのとおり、この胃の下垂というのは、例えば副腎を圧迫したり、あるいは下腹部臓器を圧迫することにより、いろいろな病の原因ともなる。

◉自己の利益を離れよ

科学的に見ると、仏教の教えというものは、人を絶対的に幸福にする教えということができる。それは、自己の利益、この自己の利益を離れることにより、本当の意味で、自己に利益が還元されるんだということの教えでもある。

例えば、性欲の例をとってみよう。本来、男性にしろ、女性にしろ、長い性的快感を味わいたいと願望する。そして、その満足を得るために、いろいろなエロティックな本、あるいはビデオ等で情報を入れる。ところが、心はもう、すでにそこで頂点に達しているから、実際の交わりでは性的感覚を味わうことができない。もし、これが逆に真理の実践をし、徳を積み、そして、そういうデータのない状態で、本当に執着する異性と交わり、性的な行為を行なったならば、それは当然、現代の人の感じる何倍、何十倍といったような性的エクスタシーを感じることができるはずである。

つまり、これも、皆さんが求めている楽しみというものと、実際皆さんが行なっている

実践というものとの間に、大きな隔たりがあることを表わしている。

◉嫌悪――悪魔の使い手

では、嫌悪はどうであろうか。本来人間というものは、人と、特に愛する人たちと交わり、楽しみ、そして語らい、それを喜びと考えるはずである。しかし、嫌悪の情は、自己の心を閉鎖し、そして、いいことにつけ、悪いことにつけ、ブロックすると。そして、この嫌悪の念が強くなると、相手の優しさ、あるいは、あるいは相手の温かさというものが伝わらなくなり、すべてが自分を痛めつけてるといったような被害妄想的な心の働きになり、結局自分自身を孤立させ、不幸にしてしまう。

もし法をしっかりと学び、人の話をよく聞き、受け入れようとするならば、そのようなことはないはずである。そして、絶えず人の良さを学ぶことにより、心は成熟するはずである。つまり、この嫌悪こそ、悪魔の使い手といわざるを得ない。なぜならば、この嫌悪は、わたしたちが本来他の魂から学ばなければならない多くの利益というものを阻害するからである。

ということは、食欲、あるいは性欲、あるいは嫌悪といったもの、これらはすべて、わ

たしたちがこの修習をし、実践することにより、何の利益も与えず、逆にマイナスの方向に向かうんだなということが理解できるはずである。

◉愛着の思わぬ欠点

次は、アナハタ・チァクラに対する、愛着はどうであろうか。愛着というものは、自己と縁の深い者に対して、その者を独占し、そしてその独占する対象、この独占する対象にいろいろ近づいてくる者に対して、それを排斥したいと願う、つまり嫌悪とも絡んでくるが、そういう感情の働きを持たせる心の働きである。この愛着は、もっともっとその魂と親しくなりたい、もっともっとその魂を知りたい、もっともっとその魂と接したいというような心の働きが生じている。そして、それを根本として生起した心の働きが愛着である。

ところが、その愛着は、先程も述べたように、その愛着する対象と他とを区別する、あるいは、その愛着する対象を独占したいと思う心の働きによって、その愛着する対象に対して逆にいろいろな圧力をかける形になる。これはちょうど舟を岸に着けたいと考えていて、竿で舟を押すようなものである。つまり、力を強く入れれば入れるほど、舟は遠のいてしまう。

本来、一つ一つの魂というものは、自由でなければならない。ということは、その自由を尊重されてこそ、本当の意味での和合というものが成立するはずである。ところが、例えば親子関係において、例えば兄弟関係において、例えば夫婦関係において、例えば友人関係において、この愛着のディフェクトというもの、欠点というものに陥りがちである。よくこれについては気をつけなければならない。

◉権力――その衣を脱ぎ捨てたとき

では、次に、権力に対する指向とはどうであろうか。わたしたちの権力に対する思いは限りない。なぜならば、その権力というものは、権力によって多くのものを満たしてくれる。

しかし、この権力は、わたしたちの着ている服にたとえることができる。つまり、これは、いつまでもその座に就くことができないということなのである。

例えば、生まれ、王子として成長し、王様となり、死んでいくと。しかし、死んだときには、この王様という衣を脱ぎ捨てなければならない。その王様という衣を脱ぎ捨てたとき、果たしてその人が平常心でいられるかどうか。つまり、権力という乗り物を使わない

でその人が幸福でいられるかどうかということ、これが最も大切なことなのである。
そして、権力とは衣であるということを、権力というものは乗り物であるということを理解したならば、その権力は、すべての衆生を利する最高の衣、あるいは最高の乗り物ということになるであろう。
しかし、その権力と自分自身、服と自分自身、あるいは乗り物と自分自身とを同一であると考えるならば、この人はまさに死というものを直前にし、あるいはその権力から追われたとき、その苦しみは計り知れないものになるであろう。
それはちょうど、別の表現で表わすことができる。大変な寒冷地、例えば氷点下三〇度とか、四〇度といったような、例えば北海道の北端。この真冬を想像していただきたい。ここに、大変暖房の効いた家があると。そして、その中で生活をしている。この人は、こう考えた。「わたしは、北端で、マイナス三〇度、四〇度のところで、平気で生活することができる」。しかし、本当にそうであろうか。この人が生活をしているのは、マイナス三〇度、四〇度という外界と違い、暖房に暖められた、二〇度、あるいは二五度といったポカポカの空間で生活しているということになる。
権力とは、この家にたとえられる。そして、本当に幸福を願うなら、この家を取り払っ

た状態、マイナス三〇度、マイナス四〇度といった中で、暖房を使わず生活できるかどうかということなのである。

そして、そういうことを培っていくこと、これが真理であり、これが仏教なのである。

◉捨の精神――ひたすら今をつくり上げよ

では、徳の現象についてはどうであろうか。この徳の現象は、わたしたちを現世において、いろいろと満足させてくれる。そして、現世的な願望というものは、すべてがかなうということになる。しかし、この徳もまた幻影なのである。なぜならば、徳を積まず、徳を使い続けると、必ずその徳は切れ、そして喜びから苦しみに転落するからである。

これはちょうど、冷暖房機にたとえることができる。ある時期、暖房を入れる。しかし、その暖房機が壊れて、次のスイッチが入るとき、それは冷房機となる。しかし、もしこの暖房機を絶えず修理し、チェックし続けるなら、長い間、その暖房の恩恵にあずかることができるであろう。これが、功徳の特徴なのである。よって、この功徳の現象に対して、頓着(とんちゃく)をすべきではないのである。

そして、四つの無量心の最高の心の状態は、無頓着、捨(しゃ)の精神だといわれている。真理

でいう捨の精神とは、こういうバックボーンをもとに説かれた教えなのである。つまり、今味わっている苦楽というものは、過去、あるいは過去生のわたしたちの言葉、行為、心の働きという三つが重なり合って現象化しているにすぎないと。ということは、今味わっている喜び、あるいは苦しみというものは、今、この瞬間とは無縁なのである。つまり、これはあくまでも過去の幻影であり、現在の結果ではないのである。

よって、すべての魂を救済する大乗の仏陀になるためには、この無頓着、今なされている苦しみ、あるいは楽に対して、いっさい頓着せず、ひたすら今をつくり上げていくということが大切なのである。

◉仏教は未来志向

ここで、出てくるのが、二正勤二正断なのである。つまり、これはどういうことかというと、今、瞬間瞬間を全力で生きる、あるいは未来を全力で生きることこそ、仏教の真義だからなのだ。そうだね。だって、過去の幻影を今味わっているわけだけど、この幻影は、過去のあくまでも幻影であって、わたしたちの未来に何の恩恵もない。そうじゃないか。

それよりも、今、瞬間瞬間を二正勤二正断の実践により、今なしている善法を増大させ

る、そして今まだ徳がなくてできないけど、未来において徳が備わったら、絶対にこの徳を積むぞという、徳を増大させるように意識する。そして、今なしている悪業を断ずる。そして、未来において生じるかもしれない悪業を出ないように、心がけると。これは、どうですか。未来のわたしたちの楽を決定するものだと思わないか。ということなんだよ。つまり、仏教というものは未来志向なのである。

◉覚者となるための七つの土台

では、そのためには、いったいどういう行ないをなせばいいのかということになってくる。これは、まず、何が真理で何が真理でないかを、ひたすらデータを入れるということから始めなければならない。

この、何が真理で何が真理でないかを何度も何度も繰り返し、データを入れなければ、わたしたちは過去世からの幻影によって、過去世からの錯綜（さくそう）によって、ものを正確にとらえることができなくなっている。よって、ひたすら記憶修習をすべきなのである。

そして、今何の修行をなしたら最もメリットがあるのか、これを次は選択しなければならない。例えば、初心者があまりにも難しい瞑想をなすとか、あるいは修行の進んでいる

者が、簡単なマントラを唱えて、自分は修行しているんだと錯覚するとかいうことは、その人の修行を挫折させたり、あるいは進まなくさせたりする要因となる。よって、この二番目の何を選択するのか、これは最も大切な仏陀へ至る道の一つということになる。

そして、三番目は、決めた修行に対して勇敢に修行を進める。そして、たゆまず修行を進める。これが必要なのである。これを勤精進（こんしょうじん）、あるいは勇気を持って精進するといわれている。これが、第三の仏陀の心を支える、仏陀の心をつくっていく修行なのである。

そして、第四番目は、「ああ、今日は疲れたな」と言いつつ修行するのではなく、「うれしいなあ、自分は修行してうれしいなあ」「自分は修行できることがうれしいなあ。自分は教学できることがうれしいなあ。徳を積むことがうれしいなあ」という、この修行に対して、ただひたすら喜びを持ち続ける修行、これを実践しなければならないのである。

そして、生活のリズムをしっかりとつくり、心身が軽快になるように、修行によって軽快になるように組み立てる修行。これが、第五のわたしたちの仏陀に至るための土台を培う修行なのである。

そして、この五つを達成し、ある程度固まったならば、次はしっかりと自分の内側を見つめる。そして心を鎮め、心を止め、観察する。そして、どういう煩悩があり、自分はど

ういう世界へ転生するのか、あるいはどういう、自分自身は思考のパターンを持っているのかをしっかりと理解する。これが第六番目のわたしたちが仏陀になるための土台となる修行なのである。

ここで、問題になってくるのは、例えば一番目の、何が真理で何が真理でないのかということを理解できていないと、この六番目、この観察の智においても当然ズレが出てくる。

例えば、現代人は、膨大な時間を使って、マンガ、アニメ、あるいはテレビ、映画、雑誌等のデータを入れている。そして、こういうデータは、わたしたちの知らないうちに深い意識に根づき、このデータをもとに判断をするという謬見解を培うことになる。よって、その前に、ひたすら何が真理で何が真理ではないのかの記憶修習をなさなければ、このサマディというものが、全く無効になってしまうということなのである。

そして、先程も述べた、例えば嫌悪、性欲、食欲、愛着、権力、あるいは現世の願望成就といったようなもの、こういうものに対していっさい頓着をしない、頓着しないでただひたすら修行を続けるということ、これが七番目の大乗の仏陀に至る土台なのである。

なぜかというと、先程も述べたとおり、現在という瞬間は、幻影である。これは、過去、あるいは過去世のわたしたちのカルマが生起し、現われている状態を表わしている。その

現在の幻影にとらわれ、それにより再びまた悪業を積み、あるいはそれにおぼれ、功徳を積まない状態をつくってしまうならば、その人の現在から投影された未来というものは、また不幸ということになる。よって、現在を無視しなければならないわけである。これが、正生活、正しい生活なのである。

◉苦を与えれば、苦が返る

では、わたしたちの身・口・意における、まず身の行ないの統御については、何をなせばいいのであろうか。例えば、わたしたちが殺生をする。例えば、相手に苦痛を与える。苦痛を与えると、その苦痛のヴァイブレーションは、シャクティーパットと同じで、自分の内側に内在される。ということは、苦の総量は一定なのである。苦の総量が一定だということは、相手を苦しめたそのデータというものは、必ず自分に入ってくるわけである。

すると例えば、小さな虫たちにも、当然苦しみというものはあるから、その苦しみの総量がわたしたちに伝わってくる。もっと徳の高い大きな生き物は、その苦しみの量が多いから、その苦しみのデータというものは、わたしたちのコーザルにしっかりと根づかされる。

逆に、生き物を安らがせるということは、その生き物の喜びというものが、わたしたちの心に根づかされるから、これはわたしたちの喜びという形で返ってくる。この理法を理解するならば、殺生を離れ、すべての魂を安らがせることの偉大さに気づくであろう。

次は、偸盗である。人の心というものは、必ず、その人の所有しているものに対して愛着している。あるいは、執着している。ということは、他の者の所有を盗むということは、その人に、その執着からくる苦しみを与えることになる。よって、偸盗をした段階で、その持ち主の苦しみが伝わってくることになる。そして、これは、逆に自分の執着しているものを奪われるという形で苦しまなければならないのである。よって、他に対してものを施し、盗まないということは、これはだれの利益でもなく、自己の利益なのである。

同じように、邪淫がまさにそれである。これには、正確にいうと二つの意味合いがある。その第一は、性エネルギーを漏らすことにより、徳の消耗をし、疲弊するということである。そして第二は、これは仏教的に、一般的にいわれている邪淫だけども、これは、他人の妻、あるいは他人の夫を寝取るということなのである。

これは、先程も述べたとおり、他人の妻、あるいは他人の夫というものは、その夫婦関係において、必ず愛着し合い、あるいは独占し合おうという心の働きがある。その独占し

合おうという心の働きに対して、強烈なダメージを与えるわけだから、当然、その苦しみというものは、その対象者に向かってくる。そして、その苦しみをしょうことにより、未来において苦しまなければならないというカルマをつくるのである。
　よって、正行為の原則というものは、殺生を離れ魂を慈しむ、偸盗を離れ物を施す、邪淫を離れ、そして本当に心からの友情を培うということになる。

◉言葉の統御をなせ

　では、言葉についてはどうであろうか。まず、妄語が来る。この妄語というものは、ものを覆い隠したいと考える心の働きが増大される。この心の働きは、わたしたちのカルマの顕現化を遅くする。つまり、一種の、そこで袋、あるいは箱をつくったような形になる。ということは、その嘘が多ければ多いほどカルマの現証は遅れることになる。カルマの現証が遅れると、カルマの理法が理解できなくなり、悪業を多く積む。そして、それによって、結局その悪業が現象化するときは、取り返しのつかないようなカルマの清算となっている。これが妄語なのである。
　よって、真実を語るということは決していいことではない。このいいことではないとは

何かというと、何かわたしたちにいいことが返ってくるということではなく、すべてのものの現象が、はっきりありのままに見えるということなのである。

では、綺語はどうであろうか。この綺語というものは、心の働き即言葉という、つまり、コーザル即アストラルという、この流れを変えてしまう。つまり、心にもない言葉を大量に語ることにより、アストラルに心と関係のない、いらぬものがたくさん生じることになる。ということは、心で思ったことが現象化せず、屈折を生むわけである。ということは、この綺語は、わたしたちがものを達成していく上において最も大きな障害ということになる。

では、悪口はどうであろうか。これは、殺生と同じである。つまり、悪口を放つことにより、相手に苦しみを生起させる。そして、その苦しみのヴァイブレーションは、自分の心に返ってくるのである。

ということは、綺語を話さず、真実だけを語る。そして、悪口を語らず、人に優しい言葉を語るということは、それだけでわたしたちに大きな恩恵があるのである。

仏典で、悪口により地獄に落ちたという例があるが、これはまさにそれである。つまり、これは殺生と同じ——形態は違うがね——カルマの返り方をするわけである。

では、両舌はどうであろうか。この両舌においては、必ず嫉妬心というものが、心の背景にある。そして先程も述べた、その嫉妬心の背景には、また嫌悪という心の働きがある。ということは、どんどんどんどん自分の世界を小さくしていくということになる。そうだね。嫌悪は壁でしょ。ということは、この両舌の戒は、人と人とを仲たがいさせ、それと同時に自分の世界を小さくしていき、最終的には自閉症になるということになる。

ところが、人と人とを和合させる、この言葉の実践をなすならば、心が豊かになり、壁が取り払われ、多くのいろんな人と交わることができ、そして、いろいろなことを学び、魂が成長するということになる。

ということは、妄語・綺語・悪口・両舌というこの行為、この言葉の行為は、これはわたしたちを不幸に陥れるものであり、真実を語り、必要のない言葉を語らず、人に優しい言葉を語り、人と人とを和合させる言葉を語るということは、わたしたちの心の病を取り除き、わたしたちの心を広大にしていくということになる。そして、これを正語というのである。

◉教えをもとに、検討する

　では、八正道の原則である、正見解、正思惟とは何であろうか。まず、この正見解とは、仏陀の教え、グルの教え、この教えをただひたすら学ぶということである。ここで、考えてはいけないということである。なぜならば、先程も述べたとおり、わたしたちがわたしたちと呼んでいる思考は、小さいときから両親によって植えつけられたもの、兄弟によって植えつけられたもの、あるいは社会的環境によって植えつけられたもの、例えばマンガ、雑誌、テレビ、アニメーション、映画等である。そして、これをわたしたちはわたしたちと考えている。

　ところが、今から二千五百年前登場した仏陀釈迦牟尼の教え、あるいはそれより以前にあったインド・ヨーガの真実の教え、あるいは二千五百年から現在に至るまでの多くの聖者方が修行して得た結果の教えといったものは、これは普遍的な教えなのである。それは、なぜかというと、〝無常〟、だれが見ても絶対にそうだとわかる基本的原理を背景として教えているからである。

　よって、まず、この正見解というものは、自分の考えを捨て、ひたすら学ぶことから努力する。そして、例えば、『マハーヤーナ』だったら五回くらい必ず読み、そして熟読す

る。これを熟読して、初めて正見解のベースができたということになる。

次はそれに基づき、自分自身の身の行ない、口の行ない、あるいは心の働きについてチェックを入れる。これが、正思惟なのである。つまり、正見解、正思惟というものは、仏典をもとに、あるいはグルの教えをもとに、自分自身を検討していくプロセスなのである。ということは、先程の正語、あるいは正行為、正生活といったようなもの、これが仏典の基本的な教えであり、そして、その背景というもの、バックボーンというものも、皆さんは理解できたわけだから、これから正見解に立つならば、それを実践しなければならないということが理解できるはずである。

◉そして、サマディへ

そして、その次の正記憶修習。この正記憶修習というのは、一度、二度、三度、四度、五度ではなく、例えば自分がなさなければならない瞑想を、十万回、あるいは百万回といったレベルで、何度も何度も記憶する。

この、なぜ何度も何度も記憶するかというと、これが一定の回数になると、わたしたちの表層意識から潜在意識に入り、そして潜在意識から超潜在意識へとデータが流れていく

からである。

そして、この正記憶修習をなして初めて、わたしたちが深い意識へ到達したとき、その正記憶修習をなしたものが乗り物となり、わたしたちをいろいろな神秘の世界へと案内するわけである。

ということは、その前に、正記憶修習のなされないような禅(ぜん)の瞑想というものは、わたしたちに利益を与えないということになる。あるいは、単に勤行(ごんぎょう)だけにいそしんで、つまり読経(どきょう)だけをしている場合は、これはその後の寂止(じゃくし)、正観(せいかん)の正サマディというものがないから、これも正確に観察できないということになる。つまり、詞章、あるいはマントラの修行というものがあって初めて、その次の寂止、正観のサマディに入ることができるわけである。

そして、このマントラ修行、詞章の修行だけではなく、日々の生活において、心・言葉・行為の統御をする。特に、言葉と行為の統御をすることが大切なのである。

これが、八つの聖なる実践、八正道と呼ばれるもののすべてである。

◉四無量心――広大で深遠な心を

　では、次に四無量心、これはなぜ実践しなければならないかということになる。例えば、「ホー、湖面に映る虚像のような様々な幻影に引きずられ、輪廻の大海を浮沈する生き物たち。彼らすべてが絶対自由、絶対幸福なるマハーヤーナにて安住することができるよう、四無量心込めて大乗の発願をいたします」と。このマントラを十万回唱える。すると、何かの現象があるとき、このマントラが浮いてくる。

　そして、例えば、自分の妻、子供、あるいは夫、あるいは父母、あるいは友人といったものを見たとき、なんて哀れなんだろうという思いが生じてくる。まず、これが心の生起、これが慈悲の悲なのである。そして、その哀れみを、強く強く持つ。強く強く持つだけではなく、この人を本当に幸せにするためには、どうしたらいいのだろうかと考えなければならない。すると、おのずと結果は一つということになる。それは、真理を実践させるしかないなと。真理を実践していただくしかないなと。この人は、真理を実践してこそ、初めて今の苦しみから脱却することができるんだと。こう考える思い、これが悲なのである。

　では、慈愛とは何であろうか。この慈愛とは、例えば愛着する対象、あるいは好感を持つ対象に対して、その好感を持つ対象が、もっともっと幸福になってほしいと、本当の意

味で幸福になってほしいと思う心の働きである。ということは、これも一つしかない。それは、絶対的自由・幸福・歓喜を相手に与えること、無常を超越した歓喜を相手に与えることなのである。

たしかに、無常から常に至るときに、相当多くの苦しみを対象に与えることになるかもしれない。しかし、それは、ちょうど病を治すとき、手術が必要なように、あるいは注射が必要なように——多くのわたしたちの友というものは病んでいる。よって、その病を治すとき、そこに苦しみが生じたとしても、それは、逆に喜びとして、つまり、その人の心の成熟の喜びとして、見守るべきなのである。

そして、この慈愛、そして悲の実践、これはわたしたちの心を大きくしてくれる。そして、視野を拡大してくれることになる。

ところが、この慈愛、悲しみといったようなもの、悲といったようなものは、どちらかというと、対象が自分よりもレベルの下の者に向けられる心の働きなのである。自分より優れた者、あるいは自分と同等の者に対しては、どのようにしたらいいか。それは、称賛の瞑想。そして称賛の実践こそ、わたしたちの心を広大にしてくれるのである。

つまり、もし、対象を称賛することができるなら、自分より優れている者を称賛するこ

とができるなら、心は自然とその人の良さを学ぼうとする。そうだね。ところが、対象に対して闘争本能を持ったり、嫉妬心を持ったりすると、その人の欠点を一生懸命見つけようとし、そして、それと同時に心はどんどんどんどん屈折してくる。そうだね。

よって、第三番目の実践、この称賛というのは、自分と同等、あるいは自分よりも優れた者に対して行なうべき、真理の実践者の実践過程なのである。

そして、第四のパターン、これは、先程も述べた、この現実、この現象、今というものに対して頓着しないということなのである。この今というものは、だれも、どうすることもできないのである。つまり、それはどういうことかというと、この今というものは、過去世から、あるいは今生の過去において培ったわたしたちの善業と悪業との集積が今なのである。

◉六つの極限との関係は

そして、今から二千五百年前、原始仏教において、出家が称賛されたのはそこにある。つまり、出家というものは今の苦しみから逃れることができる。そして、ひたすら善法を増大させることができる。善業を増大させることができる。

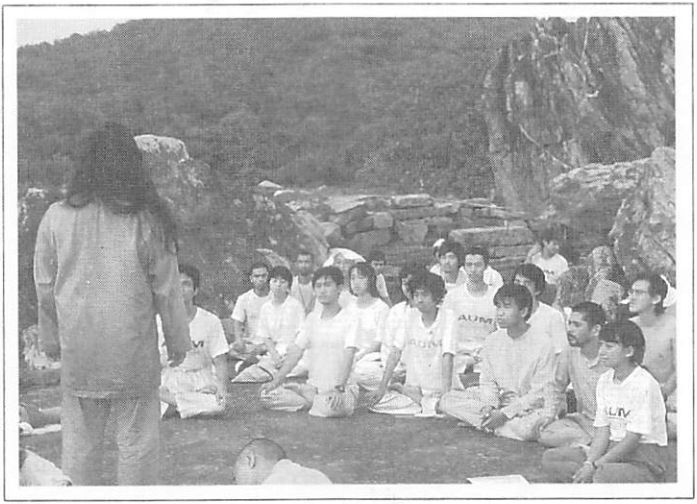
初めのうちは、逃れていてもカルマの返りにより、少しずつ少しずつ苦しみが現象化する。しかし、それがある段階になると、善業しか積んでいないから、あるいは善法しか実践していないから、その苦しみがなくなったとき、その魂の五蘊、つまり肉体・感覚・イメージ・意志・意識というものは、善の集積、功徳の集積になるのである。

そして、その段階でサマディに入り、そして高い世界をすべて認識し、この人間界がいかに低い世界であるかを認識し、この人間界に対する愛着を捨て、ニルヴァーナ、あるいはマハー・ニルヴァーナへと入っていくのである。これが、実践的八正道、そして四無量心のすべてである。

ということは、この八正道、あるいは四無量心というものは、六つの極限と何ら変わらないことになる。そうだね。これを六つの極限に当てはめるならばどうなるかというと、まず、三つの布施、財施・法施・安心施という三つの布施によって、功徳を積む。そうだね。次に、持戒を守ることによって、言葉、心、行為の統御をする。そうだね。そして、三番目の忍辱、耐え忍ぶ修行によって、無頓着の心を培っていく。そうだね。四番目の精進の実践によって、今の善業よりもっともっと大きな善業を形成し、そして悪業を止滅する。そうだね。そして五番目の瞑想のステージ、サマディのステージによって、その培っ

てきたわたしたちの五蘊をじっくり観察し、そしてわたしたちの悪業の部分、あるいは善業の部分をチェックし、そして悪業の部分はまたひたすら落とすと。そうだね。そして、最後、智慧、六神通に到達すると。そうだね。

ということは、八正道、あるいは六つの極限、これは全く同じなのである。これが、わたしの悟り得た八正道であり、わたしの悟り得た六つの極限であり、わたしの悟り得た四無量心である。


AUM

第十三話　苦の超越に至る八段階の道

九一年十月八日

これから七十八億年後のこのヴァーラーナシーは、この様相とはまたかなり変わって、もっと近代的、そしてそれでいて華麗、そして寂静といった三つの要素を備えている土地となるであろう。

◉真理勝者から真理勝者へ――受け継がれる法の輪

もともとこの場所は、偉大なる真理勝者であられる、また十力者（じゅうりきしゃ）であられるサキャ神賢が、初転法輪（しょてんぽうりん）を転じられたところである。その初転法輪の内容とは何かというと、苦、苦の生起、苦の滅尽、苦の超越に至る八段階の道と。それと、十二縁起の法をお説きになったところである。もともとこの地には、偉大なる真理勝者方がよくいらっしゃり、そして法をお説きになった。例えば、ヴィパッシー真理勝者がそうであり、そしてカッサパ真理勝者がそうであり、先程述べたサキャ神賢真理勝者がそうである。そして、これから七十八億という未来際に、マイトレーヤ真理勝者が、ここで同じように法輪を転じるであろう。

で、なぜその法輪を転じることができるのであろうか。それは、ここに一筋のデータ、つまり真理を説き明かすためのデータが存在しているからである。では、なぜそれを、今説き明かしてはいけないのか。それは、現代のわたしたちが、例えばその法を聴いたとしても、それについて理解することはできたとしても、それを体感する、体得するに至らないからである。

例えば、それはちょうど、絵のかき方をいくら学んでも、それを自在にかくようになるためには時がかかるのと同じように、わたしたちが今ここで法を聴いて、それを記憶修習したとしても、その法が完全に根づくまではそれだけ長きにわたる時が必要なのである。

そして、おそらくここにいらっしゃっているほとんどの人は、前生においてもこの地を一度や二度は訪れたことがあるだろうし、それから未来際においても何度となくこの地を訪れ、そしてより真理に対する確信を深め、輪廻転生を続け、七十八億という長きにわたる時の後、ここで初転法輪を聴き、そして煩悩破壊していくであろう。それほど多くの時が必要なのである。

◉苦しみを知り、苦しみの生起を知り、苦しみの滅尽・破壊を知る

まず、ここで説かれる原則的な法とは何かというと、この諸現象、わたしたちが生活しているいっさいの現象は楽しみの裏に必ず苦しみが隠されている。

それはちょうど、ここにドブがあったとして、そのドブの水をすくう。確かにこのドブの水の中には、魚の餌となるプランクトンも存在しているだろうが、それと同じように多くの科学物質その他が存在していて、わたしたちの体を害する。これと同じようなものである。あるいは、例えばわたしたちは食事を取る。その食事の一部は栄養となるが、一部は糞尿となるというのと同じである。

つまり、この現象界における楽しみの裏側には必ず苦しみが隠されているのである。これが、第一の真理における原則である。

第二は、それに対してわたしたちが求めようとすれば、必ずその苦しみ、隠されている苦しみというものが生起するのだということである。

例えば、この世の中に対して淡々ととらわれることなく生きるとするならば、その楽もわたしたちには強くアプローチしてこない代わりに、苦しみもアプローチしてこない。そして、その楽というものも必ず苦しみに変化するわけだから、結局苦しみから出離するこ

とになる。つまり、わたしたちがこの現象の世界に強く縛りつけられれば縛りつけられるほど、苦しみというものは生起する、起き上がるのであるということである。

これは例えば、金を儲けたいと考えたり、事業を成功させたいと考えたりするのも同じである。淡々と自分自身の目の前にある事象に対して集中し続けていれば、勝手に成功するし、勝手に金は集まる。あるいは、例えば偉大な作家になろうと考えるのも同じである。いい作品を書こうとせず、自分のベストの限りを尽くそうと考え、筆を執れば、そこには当然成功というものが生じてくる。

しかし、人間はそう思わない。つまり、例えばいろいろなイメージを膨らませながら、あるいはいろいろな思索をしながら、あれやこれやとやりながら、結局そこでエネルギーをロスし、事業を失敗したり、あるいは経済的損失に陥ったり、あるいはいい文章が書けず、結局作家生命を断念しなければならないというようなことになってくる。

第三番目の苦しみの滅尽、苦しみの破壊。これは何であろうか。それについては、まず現象を正確に見つめる。そしてその裏側に、現象の裏側はすべて苦しみであるということを認識する。そして、この認識した結果というものを正確にとらえ、そしてその原因を探り、その原因を取り除く作業を行なう。これこそが苦しみを破壊する、滅尽する方法なの

である。

例えば、過ちによって結婚したと。その妻や、あるいはご主人が自分にとって不幸をもたらすタイプのものであったとしたら、それはさっさと別れればいい。もちろん、大乗の修行、あるいはヴァジラヤーナの修行によって、その人を変えて真理を実践させようと、そしてその人を幸福にしてあげようという心を持つならば、それはもっとより崇高な心の働きとはなるが、それはなかなか大変である。

このように原因をスパッと見つめ、そしてそれに対して対処する。これが苦しみの破壊、滅尽である。

◉高い世界へ至るための準備

では、その苦しみを超越するためにはどのような方法があるのか。それは、聖なる八段階の実践である。昨日も述べた、まず正見解。これは、教義をできるだけたくさん学び、そしてものを考えるときの土台を固める。

ヨーガ派と仏教の違いはここにある。ヨーガ派というものは、自分の考えというものを重んじる。よって、ズレることがあるし、魔境（まきょう）に落ちることも多い。

しかし、仏教というのはもともと過去の仏陀、その過去の過去の仏陀等がお説きになった偉大なる教えというものが存在している。その教えをまずしっかりと記憶する。その記憶することによって、次の正しい思索ができるようになる。

つまり、どのように考えたらいいのか。これはちょうど、正確な図面をまず記憶し、その図面にのっとって何かを作り上げるというのと似ている。確かに試行錯誤することによって作り上げたものは、その努力というプロセスにおいて価値は存在するかもしれない。しかし、でき上がったものがベストであるかどうかは別問題である。

もし、最高の図面、今まで多くの人たちが練り上げた図面というものがそこに存在するとするならば、それを使って作り上げた方がよりいいものができるはずなのである。よって、正見解を第一とし、そして第二番目に、それに基づいて正思惟する。

そして、この正思惟においては、愛著・邪悪心・迷妄といった三つの要素をできるだけ減少させることに努め、慈愛・聖哀れみ・聖称賛・聖無頓着といった四つの要素を培う。これを日々修習しながら、第三段階の正語の実践に入っていく。

なぜね、この正見解、正思惟、正語といったプロセスに入らなければならないのか。これは、高い世界の神々は、綺麗な言葉をお使いになり、綺麗な心をお持ちになっていると

いうことを考えたら、わたしたちが綺麗な言葉を使い、綺麗な心を日々修習する瞑想が、あるいは実践が何を意味するか理解できるはずである。つまり、高い世界の神々の心に心を合わせるだけではなくて、自分たちがその世界へ至るための準備をするわけである。

この正語においては、妄語・綺語・悪口・両舌という四つの口のカルマを捨断し、そして先程述べた四つの無量心にのっとった言葉を語る、ね。

◉エゴからくる行為の捨断

そして、第四番目の正行為へと入っていく。この正行為は、わたしたちがエゴのために行動しているこの行動を捨断するということが狙いとなる。

つまり、生き物に対して哀れみを持ち、殺生しない、痛めつけない。生き物に対して、その生き物の喜びの対象を盗むのではなく、施す。生き物に対して、相手の嫌がるような、邪悪な心を持った性的交わりをなさない。これらの三つの、殺生を離れ、偸盗を離れ、邪淫を離れることからスタートし、そして、本当に親切な、融和的な態度で接する。これが、第四番目の正行為ということになる。

これは、例えば会社に勤めている人などは、前者と後者が自分にどういう結果を招くか

よく理解できるはずである。あるいは家庭生活においても同じである。絶えず優しい態度、親切な態度で接するならば、当然信用というものは増大し、あるいは家庭生活というものは当然柔らかく、そして平和なものになるはずである。

◉一つ一つをクリアして

第五番目の正生活。この正生活は、在家は在家のなさなければならない実践、これをなす。

一つ気づいたかもしれないが、これは順番である、あくまでも。もう正生活の、第五番目に入るときには、当然四つの段階をクリアしてなければならない。そして、生活全体を真理修行に徐々に徐々に傾けていくと。例えば在家の場合、在家の実践である七つの方法とか、出家の場合、例えば七覚支の実践とかいうことが課題になってこよう。

そして正精進、正奮闘精進ということになるが、これは、今自分のできない事柄に対してよりいっそう努力しようとする、奮闘しようとする修行である。

例えば、わたしはこういう悪業があって、例えばわたしはタバコをやめられないのよと。これを奮闘する、闘う。ということは、闘うまでの段階で、少なくとも正見解、正思惟、

正語、正行為、正生活という五つは、ある程度できてないと闘うことはできないわけである。

で、六番目によって完全に悪法を断じ、善法を増大させて、そして正記憶修習述と入っていく。この正記憶修習述は何かというと、より諸現象の実態を正確につかまえるということである。それは先程述べた、例えば四念処がそうであり、あるいは天界に対する思念や、人間界に対する思念や、あるいは解脱に対する思念がそうである。

◉正サマディから正離解脱へ

これらの天界に対する思念、あるいは解脱に対する思念、あるいはこの身体に対する思念、あるいは感覚に対する思念、心の働きに対する思念、あるいは諸現象における法則に対する思念、これを修習することにより、その世界を経験する。これが、その次のサマディである。正定である。

で、日本の仏教はこの八正道までしか説かないが、実際はその先は当然存在する。なぜかというと、サマディは結果ではないのである。これは入り口なのである。つまり、サマディによって如実に経験するのである。これはまあ、正精通という言葉を使っているわけ

だけどね、パーリ語では。ここによって、すべての世界、すべての原則の真の意味を理解し、そしてその原則から離解脱する。

◉無明から始まる苦しみの生

この四諦八正道をまず、必ず真理勝者はお説きになる。そして、次に縁起の法をお説きになる。

まず、わたしたちがこの生を終えた後、わたしたちは無明へと没入する。無明とは何かというと、闇である。完全なる暗闇である。なぜここで暗闇が強調されるかというと、もし光が存在していれば、わたしたちはこのような苦しみ多き人間の世界へ転生しないのである。もっともっと楽だけの世界がたくさん存在しているし、そこへ転生した方が当然幸福なのである。しかし、わたしたちは盲目なるがゆえに、暗闇と共存しているがゆえに、この人間の世界へ転生するのである。

では、これはどのような世界へ転生するのか。それは、次に来る経験の蓄積、これを因として転生するのである。例えば、怒り、あるいは憎しみだけを修習している人は、その憎しみ多き世界へと転生する。例えば、人にものを施さず、貪っている人は貪り多き世界

へ転生する。例えば、性欲の修習だけを行なっている人は、その性欲の世界へと転生する。もちろん、これは先程述べたドブの川と同じように、そこでは喜びもあるが、苦しみも当然存在している。これが行なのである。

そして、そのいろいろな経験の中で、次は識別が生じてくる。これは先程述べたいろいろな経験から、その例えば貪りが優位になるのか、あるいは愛著が優位になるのか、あるいは嫌悪が優位になるのか、邪悪心が優位になるのか、あるいは他の付属的な煩悩が優位になるのかによって、形成される肉体は違ってくるわけである。これは、この次の名色という段階になる。

ここでわたしたちは、アストラル・ボディーを形成する。そして、それには六処という、当然感覚器官が内在する。これは瞑想が進んでくると、この肉体と同じように、あるいはそれ以上に強い感覚器官が、わたしたちの内側に存在しているんだということが認識できる。この六処がそのアストラル世界と接するうちに感覚が生じ、そしてそれぞれの経験に応じて、粗雑な身体をつくる前段階である、世界の移行が生じてくる。

例えば、あるものは形状界へととどまり、あるものは欲界の低位にとどまるわけである。そして、この形状界にとどまるものは、そこで煩悩が少ないがゆえに、例えば何カルパと

か、例えばそうだね、六カルパだとしたならば、それは約六百億年ぐらいだと考えたらいいわけだけど、六カルパとか、あるいは十カルパとか五百カルパとか、長きにわたってそこで生存することになる。

ところが、よりいっそう粗雑なものを経験しようとするならば、そこから渇愛が生じてくる。つまり、この経験できない身体じゃ嫌だと。微細な身体じゃ嫌だと。もっと具体的に経験をしたいと。そして実際に、低位アストラルにおいてその経験が始まる。その経験が始まり出すと、そのときにわたしたちはとらわれが生じ、そして、そこで子宮へと転生するのである。これが、渇愛、取、有なのである。そして生存する。いいですか。

生存することによって、わたしたちはそこで苦楽を経験し、老死を経験し、そして病を経験し、愁・悲・苦・憂・悩という心の苦しみを経験する。

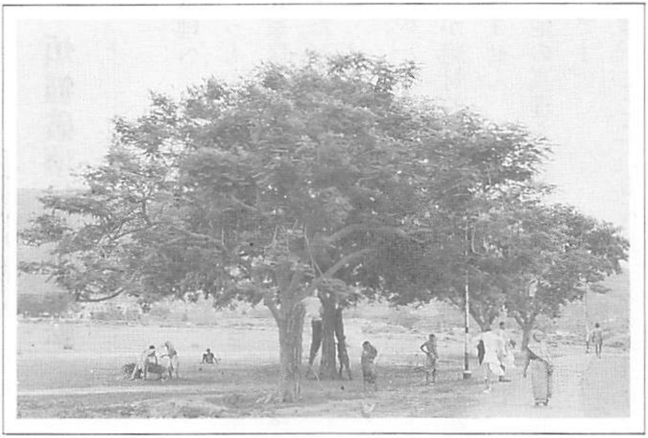
◉そして、遠離・離貪・解脱へ

ところが、高い世界の記憶が残っている魂はそこで修行を始める。修行を始めることによって、まずクンダリニーを覚醒する。クンダリニーを覚醒することによって、悦が生じ、悦が生じることによってこの欲界の快楽より悦の方がいいんだと思うようになる。そして

その悦は、心に喜びを形成する。これは実際は、喜びというよりも明るさといった方が正しいとわたしは思います、経験からいうとね。で、明るさが生じてくると、身体が大変軽快になる。

そして、完全なる意識の拡大、楽を経験する。そのときサマディに入り、先程述べた正精通、つまり如実智見に入り、そしてこの諸現象いっさいがわたしたちにとっては苦しみなんだということを理解し、遠離し、離貪し、そして解脱するのである。

これらの法則はおそらく、今、在家の皆さんは聞いても、ある人はある程度わかり、ある人は少しわかり、ある人は全くわからないかもしれない。法とはそういうものである。よって、基本的なね、教学、これを徹底的に固めてください。それによって皆さんは、今日の説法の内容がより深く理解できるはずである。いいですか。



第十四話　煩悩破壊による好転

九一年十月十一日

◉相対的真理から絶対的真理へ

　オウム真理教の教えというものは、相対的真理と、そして絶対的真理の二つに分けることができます。そして、在家修行においては、その相対的真理の中に絶対的真理を見いだすという修行のプロセスをたどることになります。

　これはどういうことかというと、絶対的真理とは、まずわたしたちが自己の本性、本質的な部分、つまりこれは、空（くう）ともあるいは真我ともいえる、まあパーリ語を使うならばアートマンの状態へ返る。これが絶対的真理であり、これ以外の絶対的真理は存在せず、これ以上の絶対的真理も存在しません。しかし、在家においては、その途上での教えを学び、そして功徳を積み、そして他の真理を実践する。これが結果的には、わたしたちを現象界における幸福へと導くわけです。

　例えば、例を挙げるならば、ここにいるK君、あるいはサマナのU、その他の人たちを

見て感じることですが、まず、例えば修行を進めていくと異性に対して大変もてるようになります。それは今回、例えば、わたしがシークレット・ヨーガを受けた中にもいくつかありました。で、これは人間の欲望の中の愛欲、特にかわいい人や素敵な人、美しい人と一緒にいたいとか、あるいは結婚したいとか、おつきあいしたいとかいう願望の現象化です。ところが、例えば現実生活においては、これすらできずに苦しんでいる方々がいらっしゃいます。

これはどういうことかというと、ムーラダーラ・チァクラからエネルギーが蓄えられ、スヴァディスターナまで蓄えられたエネルギーが、スヴァディスターナから漏れると、このような現象、もてるという現象が起きてきます。

次に例えば、学問によって成功したいという人は、それよりエネルギーを蓄え、功徳を積み、善行をなすことにより、次はマニプーラ・チァクラから漏れるようになります。この人は、学問において大変な才能を発揮し、学者として、一代、有名な名を残す人となるでしょう。

そして次に、それよりもっとエネルギーが蓄えられてくると、アナハタ・チァクラにまでエネルギーが蓄えられ、そして、この人は権力や地位こそないが、あるいはお金こそそな

いが、名誉を得るようになります。これが第四番目のアナハタ・チァクラです。

そして、それよりもエネルギーが蓄えられると、次はヴィシュッダ・チァクラで漏れるようになり、このとき地位、権力といったものが備わります。

そして、最終的にアージュニァー・チァクラまでエネルギーが蓄えられると、ある程度の神通力と、そしてこの現象を、現象界において思いのままに生きていける力が蓄えられてくるのです。

そして、これらを超越し、別の道、絶対の真理の道をたどった場合、それはサハスラーラから解脱としてエネルギーが漏れ、そして、わたしたちは神聖世界をぶち抜き、完全煩悩破壊をするのです。

ですから、言い方を換えるならば、修行を行なっていて結果の出ない修行は過ちであるということがいえるでしょう。

◉日本人に対する八正道の順番

では、どのようにしたら結果が出るのか。それは先程も述べたとおり、まず正見解から始めればよろしい。日本は貪りの多い国です。例えば、Kという宗教団体がありますが、

ここの背景に使われている色は黄色と黒です。これは餓鬼と地獄を表わします。つまり、この会員は餓鬼と地獄の世界へ転生することを表わします。しかし、それは今の日本人にとって最も好ましい色であり、そして転生しやすい場所ともいうことができます。

で、このような貪りの強い日本人に対して、まず何を実践させたらいいのか。それは、まず教学である。というのは、日本人は知識を吸収することは大変好きです。ですから、教えをまず記憶させる。そして、お金のかからない正語の実践から伝授する。つまり、妄語・綺語・悪口・両舌をやめなさいよと。これぐらいだれだってできる。だから、まずそのアプローチから始めることにより、皆さんの肉親、あるいは友人、知人は、少しずつ徳を積むこととなるでしょう。

次の段階で、心において、愛著・迷妄・邪悪心といったものに対するアプローチをさせる。それにより煩悩が弱められ、そして行為における殺生を離れ、偸盗を離れ、邪淫を離れるといった方向へと導きます。

これらの戒を具足させた後、次の段階で布施の実践へと入っていくわけです。その布施の実践もまず初めは安心施、つまり多くの人が苦しんでいるとき、その人の苦しみを取ってあげるという安心施から法を説く。そしてその後、財施、真理施の順番で法の実践に入っ

ていくならば、スムーズに真理の実践ができるようになるでしょう。
　ではなぜ、この順番でいけばスムーズに実践ができるようになるのか。それは、例えば言葉の統御をする段階において、わたしたちはアストラルが浄化され、そしてその恩恵を受けます。そして、心の浄化をすることにより、コーザルの浄化が起き、その恩恵を受けます。そして、行為の浄化を行なうことにより、身・口・意、三つの恩恵を受けることになる。それにより、より心は柔軟となり、真理のデータが入りやすい状態となるのです。
　ところが初めから、例えばオウム真理教の最も難しい法である解脱や、あるいは悟りや、あるいは出離といったような法を展開をしてしまうと、その人は何が何だかわからなくなります。というのは、その人には真理の法がまだ根づいてないわけですから、ちょうどそれは、ここに卵があったとして、その卵を孵化する際、熱い温度であればいいわということで、百度や二百度の熱を加えるのと同じです。あくまでも適当な温度によって孵化することこそが卵のかえる条件であり、それと同じように迷妄に悩んでいる魂を済度する場合は、法における順番というのがあります。
　ですから、今の日本においては、間違いなく、言葉の統御、心の統御、行為の統御、そして布施の実践という順番で法を説きます。もちろん、その前に教学をさせることはいう

までもありません。これらの法の順番で丈夫調御(じょうぶちょうぎょ)された魂が、少しずつ少しずつ魂が浄化され、そして煩悩を弱められ、現象として素晴らしい現象が生じてきます。

◉現象を正確に知る恩恵

もともとオウム真理教と他の宗教団体の違いは何かというと、それは煩悩を破壊することによってすべての現象を好転させようとしているのか、あるいは煩悩を強めることによってすべての現象を好転させようとしてるかの違いです。ここで一つ考えていただきたいことがある。ある現象があった場合、その現象に対して証智、つまり正確に知る、この正確に知ることができるかどうかということは、未来においてどのような恩恵があるだろうか。

例えばここに一枚の地図があるとし、その地図を見ないで目的地に走ろうとする人と、しっかりとその地図を確認して目的地に着こうとする人とでは、当然、地図を見る時間、これは確かにマイナスかもしれません。それよりも目的地に至るまでのロスタイムというのは大幅に省かれ、そして目的地により早く達成することができるはずです。これが、煩悩破壊における、あるいは煩悩を弱めることにおける現象を正しく見つめる力なんです。

例えば、事業について話をするならば、自分自身の会社運営におけるいろいろな動きに

対してまず正確に知り、そしてその一つ一つに対して正確に処置していく。これをなすならば、その事業家はどの国へ転生しようとも偉大なる事業家となるでしょう。

例えば、恋愛において、まず結婚する前に対象に対してしっかりと認識し、この人の長所はこうである、欠点はこうであるということを認識し、そしておつきあいを進めていくならば、その欠点においての苦しみというのは生じず、長所における喜びだけが生じるようになるはずです。例えば学問において、ある学問を達成したいとする場合、その学問の周辺の学問をいくらやっても結果は出ません。目的とする学問にひたすら集中することによってのみ、結果が出るはずです。

このように真理、仏教というものは明らかに科学なのです。そして、その仏教の根本はどこにあるのかというと、それは原始ヨーガにその原本を見ることができます。現に、サキャ神賢の前生談の中でも、多くの生においてヒマラヤへ行かれ、そしてそこで神聖行をなし、そして煩悩破壊なさり、そして神聖天へ転生なさったという話が出てきます。

これは、サキャ神賢の系譜が、原始ヨーガから真理をお説きになっていらっしゃったんだということの証明であると思います。そして今、オウム真理教も同じように、原始ヨーガ、仏教のラインをとっています。これは、真理勝者に到達する魂は、必ず原始ヨーガ、

仏教の道をたどるんだということの一つの証明でもあるでしょう。そして、ここにいる四百名の皆さんも、同じように原始ヨーガから真理、仏教の道を歩いています。

ですから、このカルパの終わり、確かにわたしはこの地球において真理を説き明かすでしょう。しかし、その後は皆さんが、同じように真理勝者として、供養値魂、最上正覚者として、あるいは無上の士として、最上善逝としてこの地球へ転生し、あるいは他の惑星へ転生し、真理を説き明かし、そしてすべての魂を済度する、そういうカルマを必ずしょうはずです。そしてそのための、今回は偉大な皆さんの功徳になったことは間違いありません。

このインドツアーもすでに終わりました。これからは日本での救済活動。そして、日本でまた精いっぱい救済活動を行ない、より高い意識次元へと到達し、すべての魂を絶対的な至福の状態へ皆さんと一緒に導いていきましょう。

第十五話　七科三十七道品の段階的修行

九一年五月三十一日

◉人間界に生まれた理由

露と落ち、露と消えゆく我が身かな。なにわのことも夢のまた夢。

この詩句を唱えたのは――若干ちょっとね、違うかもしれないけれど――太閤秀吉である。彼は、五十数年間の人生の中で、晩年、栄耀栄華を極め、そして煩悩を満足させ死んでいった。その当時の者にとって、彼のなした栄耀栄華というものは、最高のものであっただろう。しかし、その生も、露と同じようにあっさりと落ち消えていく。

では、現代人の生活はどうであろうか。現代人は、生まれ、そして保育園、幼稚園と管理教育をさせられ、そして小学校、中学校、高校、大学とただひたすら教育を受ける。そして、その教育のほとんどは無益なものである。そして、卒業し、次は社会の中の、会社という枠組のもとに生き、そして結婚し、子供ができ、気づいたときには、おじいさんおばあさんと。そして、病院へ入院させられ、自分で死のコントロールをすることもなく、

死んでしまわなければならない。当然、そのときのデータというものは、悪趣へ至るデータである。

では、君たちのように煩悩に向かい、その煩悩を滅尽しようとしている人たちは、どのような自由が存在するのだろうか。例えば、これは以前、わたしがキサーゴータミー正悟師（現在は供養値魂）や、あるいはマハー・ケイマ正大師（現在は最上善逝）、プンナ正悟師（現在は供養値魂）等と、このインドへ第一回目に来たときの話だが、彼らはわずか一週間の休みもやっとの思いで会社へお願いし、そして休むことができた。

君たちは、例えば今回のこのインドの修行の旅は、ある意味で本当に有暇（うか）、つまり自由な時間を楽しみ、その中で、経行（きんひん）、あるいは説法を聴き、あるいはインドの街を散策し、いろんなことをそこで学ぶと。当然、実践的な知識、あるいは人とはどうあるべきか、あるいはどのような生き方をしたらいいか、どのような生き方をしたら幸福になるか等々の検討、これがしっかりと行なわれているはずである。

そして、これが一般のサマナ生活についてもいうことができる。例えば、ここにいる、S師のようにね、経理の専門家となるとちょっと話は違うが、一般の場合、師というものは記憶修習し、そしてあとは人間の分析、そして生の分析、あるいは死の分析、これを一

生の課題として検討し、思索することができる。当然、この検討し、思索し、経験するという三つの段階において多くの利益を得るはずである。

それは、わたしたちがこの人間界に生まれ、そして生活するということは、結局死を理解し、そして真実の世界のすべてを理解し、修行し、その最も高い世界へと到達し、その高い世界からもっと高い世界へと到達するためのジャンプ台として、この人間の生を生きることがベストであると認識できるはずだからである。そして、今ここにいる人たちは、タントラヤーナのものの考え方やあるいはマハーヤーナのものの考え方について、多くの今回示唆を受けたはずである。

修行の第一歩、それは人とは何かと、そして自分に与えられた時間をどのように考え、どのように使うのかということである。

今日はね、ちょっと総論的な話から始まったが、まずここまでにして質問を受けましょう。

質問ないかな。じゃあ、なければ次にいこう。

◉五つの集まりの苦しみ〈五蘊無我〉

わたしたちを構成しているものは、五つの集まりがある。その五つの集まりとは、まず形状-容姿である。この形状-容姿とは何かというと、わたしたちの身体、あるいは顔立ち等を含む、外的なものである。第二番目は感覚である。第三番目は表象、つまりイメージである。第四番目は意志である。それで、第五番目は識別である。この形状-容姿・感覚・表象・意志・識別、この五つを五蘊と呼んでいる。

そして、この五蘊の働きによって、わたしたちは苦楽を経験させられている。別な言い方をするならば、この五蘊の中に、苦楽の源が存在しなければ、いかなる状況であろうとも、わたしたちに苦しみというものは存在しない。

では、それはどういうことだろうか。例えば、生まれながらにして不具を経験する。これは、形状-容姿の第一の苦である。いいかな。次に、身体が健康であったにかかわらず、その身体が、例えば老いや、病や、あるいは事故によって不具になる。これが第二の苦しみである。

次は感覚である。小さいときからもともとカルマが悪く、貧しい家に育ち、そしてものが食べられない。あるいは衣服にしても、あまりないがゆえに、寒さ暑さを経験しなければ

ばならない。これが感覚における第一の苦しみである。

第二の苦しみは、例えばいきなり殴りつけられることによって痛みを経験させられたり、あるいはいきなり冷たい場所に移動しなければならないことによって寒さを経験したり、あるいは今回のインドのように、暑い場所に移動しなければならないがゆえに暑さを経験するといった、そのものの苦しみである。

そして、第三番目の苦しみは、もともと備わっていた感覚が、例えば病気によってなくなる、例えば視覚がなくなったり、あるいは聴覚がなくなったり、あるいは嗅覚がなくなったりする。これが、第三の苦しみである。

では、表象についてはどうだろうか。これは、もともと、例えば暗い家に生存した場合、父母のケンカ、争い、あるいは父母ではなくても、兄弟の争いや、親族の争い等にいつも耳を傾けるがゆえに、イメージとしてそういう暗いイメージしか存在ない。これは、第一の苦しみである。

第二の苦しみは、もともと見たくないものや、聴きたくないもの、それを聴いたがために生起するイメージの苦しみである。

第三の苦しみは、今まで対象に対して、こうあってほしい、あるいはこうだろうなと思っ

ていたものが、壊れ去るときの苦しみである。
　では、意志についてはどうであろうか。意志については、まず前生からの引き継ぎによって挫折、挫折することによって卑屈を修習する苦しみが挙げられる。第二は、目標を設定し、その目標が達成できなかったときの苦しみである。そして第三の苦しみは、目標を達成した後もそれを維持しなければならない場合、それを維持することができなくなったときの苦しみである。
　では、第五の識別はどうであろうか。この識別については、例えば美しい醜い、例えば綺麗な声、あるいは綺麗な音、醜い声、醜い音。あるいは、好きなにおい、嫌いなにおい。あるいは、好きな味覚、嫌いな味覚。あるいは、好きなフィーリング、好きな感覚、あるいは嫌いな感覚。あるいはその法則が、あるいはそこのしきたりがね、好きである、嫌いである。つまり、この識別の苦しみというのは、もともと二極化しているわけだから、必ず半分は苦しみであるということになる。
　これが、わたしたちの五蘊である。ということは、よく検討してみるならば、この五蘊というものは、総じて苦である。

◉四つの記憶修習述〈四念処〉

では、いったい修行者は、この五蘊をどのようにしようとしているのか。まず、身体に対して、しっかりと記憶修習する。そして、この肉体が無常を根本としてできているものであると。この形状-容姿が無常を根本としてできているものであるから、それにとらわれるべきではないと記憶修習する。これが第一番目に来るわたしたちの課題である。

次は、第二番目の苦しみ。これは、感覚そのものは苦、楽、不苦不楽という三つの要素があるわけだが、このどれにとらわれたとしても、わたしたちの苦しみというものは増大する。なぜならば、楽という感情の生起が強ければ強いほど、苦という感情の生起は強いんだと。楽という感情の生起が強ければ強いほど、苦という感情の生起は強いんだということがいえる。よって、第二番目の検討は、このいっさいの感覚、感覚というものに対してしっかりと検討し、この感覚から離れるということが第二番目の課題になってくる。

第三番目のわたしたちの心を構成しているもの、それはイメージや、あるいは意志といったようなものだがね、このようなイメージや意志といったようなものは、これは無常を根本としている。先程も述べたとおり、例えば特定の対象に対して、こうあってほしい、あるいはこうあるべきだ、あるいはこうだというふうに断定的にとらえたとしても、相手の

心は無常であるから、当然そこには変化が生じる。
よって、三番目の記憶修習述は、心は変化するものである、よってそこには依処（えしょ）は存在しない。これが、第三番目の記憶修習述である。

次は、第四番目である。第四番目は、わたしたちが識別をしっかりなさなければならない対象である、法則である。この宇宙の法則そのものは、すべては苦しみを生起させるための法則である。

例えば、例を挙げよう。この地球にしろ、宇宙にしろ、必ず破壊される。よって、この地球や宇宙に執着していることは、いずれ破壊を招くわけだから苦である。あるいは、それは戯忘（ぎほう）の天界にしろ、憤怒（ふんぬ）の天界にしろ、神聖天界にしろ、同じように破壊される。よって、そこにとらわれることは、やはり苦しみである。

あるいは、妻や子供に対して愛着すること、ね、まあ一般的には、道徳的には、倫理の観点からいくと、それは素晴らしいことになっているが、しかしそれも、例えば子供は巣立ち、例えば妻の心というものは、必ず変化する。これは夫も同じだと。よって、その法則も苦しみである。あるいは、父母はどうであろうか。父母も同じように愛着すればするほど、父母が亡くなったとき大きな苦しみを受けなければならない。

このような形で、社会的な一つ一つの法則に対して検討を加える。検討を加えることによって、それが苦であり、自己本来のものではないことを理解する。

◉二正勤二正断〈四正断〉

ここまで修行が進んでくると、ではいったい、そういう世界ではない世界へ生まれ変わるためには何を実践したらいいんだということになる。

そうかと。今少なくとも人間の世界より、憤怒天や、あるいは戯忘天の世界の方が幸せは多いはずである。憤怒天や戯忘天よりも、もう少し高い、例えば神聖天の方が幸福は多いはずである。例えば、神聖天の世界より、光音天の世界の方がもっと幸せは多いはずである。光音天の世界より、総美天の世界の方がもっと幸福は多いはずである。あるいは、それよりも、広果天や無熱天や色究竟天の方がもっと幸福は多いはずであると。

じゃあ、そのためには何をなすんだ。それは、善法を増大させ、悪法を減少させることである。

では、善法を増大させるとは何か。これは、今だなすことのできない功徳に対して、一生懸命その功徳がなせますようにと思念し続ける。第一番目は、それによって得た結果、

しっかりと功徳の実践を行なう、あるいは今なせる功徳の実践を行なう。
今、断ずることのできない不善の法に対して、それを捨断しようと心に思念する。それが捨断できなくても、捨断しようと心に思念する。そして、今できる悪法に対してはしっかりと捨断する。
これを行なうことによって、先程述べた五つの蘊、五蘊の要素が少しずつ変化し、そして善法は増大し、悪法は減少し、その五蘊はどんどんピュリファイな状態になるわけだね。

◉五つのポテンシャルと力〈五根五力〉

では、これでいいのかという問題が次は出てくる。いや、これは、確かに高い世界へ次の生導いてくれるだろう。しかし、これはあくまでも次の生高い世界へ導いてくれるのであって、その次の保証はないぞ。そこからジャンプするためにはどうしたらいいのか。いや、それは、やはり広大な真理の体系、そして絶対的な自由・幸福・歓喜を与えてくれる真理の体系に対して、しっかりと縁をつくることである。
では、しっかりと縁をつくるとはどういうことか。それは、まず第一に信の土台、ポテンシャルをつくることである。そして、次の生も、その次の生から次の生へ転生するとき

も、そのポテンシャルの力によって、しっかり転生できるぐらいの土台固めをしようじゃないかと、ね。

次は、その得た信、この信を帰依に変え、そして、その教えをできるだけ実践する、努力する、ね。そして、その教えを学び、検討し、努力するだけではなくて、教えを繰り返し繰り返し記憶修習する。そして、記憶修習した後に記憶実践する、ね。おそらく今生では、その中の一部しか表現することはできないであろう。しかし、一部しか表現することはできないとしても、そこに培われている土台というものは莫大なものであるから、次の生も当然、その土台によってまた真理と巡り合い、真理の記憶修習、記憶実践ができ、そして、自分の道を誤らないはずである。ね。

そして次には、その記憶修習、記憶実践したものを土台として毎日しっかり思索し、そして最終的にはその思索のない状態でいろんな世界を経験し、あるいはいろんな考え方を経験し、自分の視野を広めようじゃないかと。

では、例えばわたしたちは日本からインドへ来たとしても、それはわずかに人間界と動物界を検討することしかできない。しかし、サマディに入ることによって、わたしたちは、例えば地獄、動物、餓鬼、それから憤怒天、戯忘天、神聖天、あるいは神聖天以上の世界

を検討することができるはずである。

そこで生じたいろいろな智慧を土台として、自分の人生をはっきりと決定しようじゃないかと、ね。この段階では、ある程度の神秘的な力が備わり出します。それは帰依による力であるか、あるいは精進による力であるか、あるいは記憶修習による力であるか、あるいはサマディによる力であるか、あるいは智慧による力であるかは、それは諸君の努力次第である。

◉七つの覚醒部分〈七覚支〉

そして、次の段階で覚支の実践に入っていく。この七つの覚醒部分の実践とは何かというと、これはよりいっそう自分たちの目覚めつつある覚醒状態をはっきりと確定させていくための修行である。例えば、それはどういうことかというと、ちょうどこの前に行なっている、五つのポテンシャルおよび五つの力というものは、覚醒のドアをちょっと開いた段階に相当する。

よって、これを完全な形で開くためには、七つの覚醒部分の修行に入らなければならない。それは、その覚醒そのものが自分自身を駄目にする、あるいは自分自身をなくすので

はなく、自分の本質的な部分に到達するんだということをしっかりと認識した上で行なわなければならない。

では、まず何を行なうのか、ね。それは、まず、しっかりと覚醒に対する記憶修習の徹底である。今まで行なってきたのは、智慧に到達するための記憶修習であった。

しかし、次に行なうのはそうではなく、完全なる覚醒に至るための記憶修習である。そして、その場、その時間、あるいは条件に合わせて、どのダンマを実践するのか。どの法則によって、どのダンマを実践するのかということをしっかりと理解しなければならない。

例えば、例を挙げるならばリトリート修行、つまり独房修行のときには、それに合ったダルマを実践しなければならないし、あるいはこのような外的なものを分析する旅に至ったときには、それに合ったダルマを実践しなければならない。あるいは、在家の場合は在家に合ったダルマを実践し、出家の場合、出家に合ったダルマを実践しなければならない。あるいは、ステージに応じてもダルマを変化させなければならない。

よって、ダルマというものは多く知ってなければならないし、それから多く定着させておかなければならない。これが二番目の覚醒部分の要素である。

そして第三番目の覚醒部分は、その決めたダルマに対して徹底的に努力する。いかなる

ことがあっても努力すると思い、それを実践することである。

そして、第四番目の覚醒の諦は、それを実践するとき、必ず実践する前に大いに喜び、実践しながら喜び、実践が終わった後も、またやるぞと喜ぶ。特に、この四番目は大切なわけだね。なぜ大切かというと、その覚醒しかかっているドアを完全に開くのか、あるいは閉じてしまうのかは、この四番目、五番目で決まってしまうからである。そこにもし喜びの修行というものがなければ、当然それを恐怖のあまり閉めてしまうだろう。しかし、この喜びの修行がしっかり定着していれば、それをしっかり開くはずである。

そして、ここまで来ると、次はわたしたちのナーディーのしっかりした浄化、そして覚醒を安定させるという修行に入っていく。

そして、このナーディーの浄化、覚醒を安定させる修行に入ると、おのずと第四のサマディに入り、そして空無辺、識別無辺、無所有境、そして非認知非非認知境、そして経験の滅尽境へと心は向かうはずである。

そこでなされているサマディにおいて、いっさい頓着してはいけないし、それから恐怖をしてもならない。これは、自然と経験させられていくプロセスだからである。

◉八つの聖なる段階〈八正道〉

この実践を行ないながら、この実践がある程度形がはまってくると、日々の生活は八つの聖なる段階、あるいは十の聖なる段階へという道へ入っていく。

これはどういうことかというと、いっさいの諸現象をまず教学によって検討する。まず教学し、教学によって検討し、それ以外の会話、行動、あるいは心の働きを完全に止滅しようと努力する。

そして、言葉については、妄語・綺語・悪口・両舌を完全に離れ、人に対して四つの無量心を背景とした言葉を話す訓練が始まってくる。言い方を換えるなら、最後の聖なる八支の実践段階というのは何かというと、仏陀としてのフォームを形づくる。あるいは、供養値魂としてのフォームを形づくる段階である。だれが見ても、あの人の言葉は素晴らしいと、そういうような実践に入っていく。

そして、次には、だれが見ても、あの人の行為は素晴らしいという段階へ入っていく。もちろん、このときには、すべての魂に対して哀れみ、殺生を離れる。盗みをしない。盗みをしないだけではなくて、要するに与えられたもので満足する。そして、よこしまな性的な交わりをしない。

この四つ目の段階が達成した後、一日中すべて仏陀としてのフォームを形成する形になってくる。あるいは、供養値魂としてのフォームを形成する形になってくる。だれが見ても立派である。だれが見ても素晴らしい。そういう形を形成していくわけである。これが、第五番目の段階である。

そして、涅槃しがちになる自己の意識を叩きながら、よりいっそう努力をし、すべての衆生のために自己がここに存在し、そしてすべての衆生のために真理の実践を行なうんだということを心に思念し続けながら、第六番目が始まる。

そして、第七番目は、よりいっそう高い記憶修習の段階である。つまり、サマディとは何か、あるいは世界とは何か、あるいは止滅とは何かといったようなね、最後の最も高い記憶修習の段階に入り、そしてそれに基づいてサマディに入る。

当然、それに基づいてサマディに入ることによって、正しい精通が生じてくる。つまり、一般的にいわれている仏典の中に、ね、サキャ神賢のお説きにならなかった仏典がたくさんある。そのならなかった仏典というものは、わたしたちに害を与えるものである。サキャ神賢のお説きになった仏典は、わたしたちに利益を与えるものである。

そして、例えば、やれ仏教だ、やれヒンドゥー教だ、やれヨーガだといっているけども、

その本質的な部分は変わらない。しかし、その本質をとらえている人は皆無に等しい。こういう精通が生じてくるはずである。

そして、その精通によって、離解脱する。

ここまで完全に離解脱したならば、次は自分自身がどのようなタイプの仏陀として、本格的な救済を始めるかのフォームが形成されてくる。これが四つの如意である。

まずそのためには、自分自身はこのような救済者となろうという形の決意が生じてくる。決意の如意が生じてくる。そして次は、それに基づいて努力を始める。つまり精進の如意である。そして、それを日々集中し続け、完全に確定させる。これが、心の如意である。そして最終的には、自己の今の状態と目的とのギャップを検討しながら、しっかりと思索し、観慧によって完成させる。これは、第四番目の観慧の如意である。

そして、これをもって三十七菩提道品という。

そしてね、最後にちょっとつけ加えておきたいのは、消極的実践イコール四つの記憶修習述。そして、中程度の積極的実践、イコール二正勤二正断。それから、積極的確立、これが五つのポテンシャルと五つの力。それから、覚醒への確定、これが七つの覚醒部分。衆生と交わり、成就者としてのフォームを形成する、これが聖なる八支の段階、あるいは

聖なる十の段階。完璧なるタントラ、あるいはマハーヤーナの仏陀としてのフォームの完成、イコール四つの如意である。

　質問があったら受けよう。

◉失敗のない順番

（質問者A） ということは、三十七道品はこの順番で行なうというのが正しいんでしょうか。

（尊師） そう、ただ前生からの経験があるから、一概にその順番で行なわなければならないとはいえないけども、一応はその順番で行なえば失敗はない。

（質問者A） ああ、そうですか。じゃあ、自分がどれから行なうかというのも、それはグルの判断しかない……。

（尊師） そうだね、ただ今生のけがれがあるから、やはり四念処から行なった方が、四つの記憶修習述から行なった方が無難は無難だと思うけどね。

（質問者A） そうですか。はいわかりました。ありがとうございます。

◉記憶修習述の四番目

（質問者B）四つの記憶修習といいますか、いわゆる四念処の四番目で、識別の対象となる法則というお言葉から入っていかれて、地球、宇宙、まあ子供に執着することなどの例を挙げて、それは苦であるという話があったんですが、これは尊師のご著書にある「法は無我なり」のことを違った表現でいわれているのか……。

（尊師）そうです。それを深く突っ込んでいるわけだね。

（質問者B）四念処を全体的に見ると、まず自分の体、そして感覚、そして心と入っていって、で、外的な、例えば存在、妻、子供、そういうものの体、感覚、そして心とか、またそれに対しての自分との関係みたいなものも、全部四番目で考えるわけでしょうか。

（尊師）いや、そうではない。一番目は一番目。外的条件については四番目で考えたらいいと思います。そうだね、外的条件については四番目で検討したらいいと思います。ただ、心の問題については三番目でも検討できると思うけどね。

（質問者B）わたしが四番目で、ずっとイメージしていたものは、尊師から昔教えられた、イメージというものは、諸々の観念は我のものではなく、すなわち、例えば社会通念とか法規とかそういうものが人間を縛りつけているけども、それは正しい道に導かないもので

あるというような、イメージにすごく……。

（尊師）いや、それもそうです。それもその中に入ります。

（質問者B）例えば、妻や子供に執着することはいいことなんだというか、その愛情家族とかいっているようなことが社会通念であるということを尊師はイメージされているわけですか。

（尊師）そうです。

（質問者B）わかりました。

（尊師）例えばね、四番目を記憶修習述で、法則は無我であると。しかし、もし法則が自分に楽を与えてくれるものだったら、それは無我ではなくて我の方がいいわけでしょ。

（質問者B）あれは、確か法則というか、諸々の観念は真我の所有物ではないというようような……。

（尊師）そのとおりです。

（質問者B）諸々の観念は真我の所有物ではないというような表現でしたら、その真我に到達するための法則であるということが真我の所有物である、そういうふうに考えられないんじゃないかと。

（尊師）まあそれは、結局欲をもって、まあ決意をもって、つまり心の働きを利用して解脱に到達するということと同じ方便だと思うわけだけど。

（質問者B）はい。

（尊師）もう、それのみが許されるということだよね。

（質問者B）はい、それはそれでいいと思います。

（尊師）でも、その法則というのは、今度は宇宙の法則、その他の法則から外れるわけだよね。

（質問者B）宇宙の法則といわれているのは。

（尊師）解脱していく場合の法則と、それからこの宇宙を形成している法則とは、逆向きのベクトルだと思う……。

（質問者B）ああ、それはわかります。つまり、あの十二縁起の下に落ちる法則と、逆に戻る法則と……。

（尊師）そうです。

◉記憶修習の二つの段階

（質問者Ｃ）今までわたしは、七科三十七道品というものは、例えば同じ記憶修習とかいくつか出てきまして、以前の尊師の説法から考えますと、それぞれがこうダブっていて、そして、釈迦牟尼の仏典でも、例えばある者には七覚支だけを説き、ある者には五根五力だけを説きと、そういうことがあって、順番に並んでいるものというとらえ方をしていなかったんですけれども、その点はどのように考えたらいいでしょうか。

（尊師）まず、ある者には五根五力を説き、ある者には四念処を説き、ある者には七覚支を説きは正しいです。というのはどういうことかというと、例えば、一生でどこまでいくかという問題があるわけだよね。わかるよね、それは。

だから、例えばある人は四念処でその生終わるかもしれない。ある人は、二正勤二正断で終わるかもしれない。ある人は、例えば五つのポテンシャルと五つの力で終わるかもしれないよね。

それからもう一つは、そういう記憶修習の段階というのは、同じものを繰り返しなす場合と、それから逆にジャンプさせる場合と二通りあるから、その記憶修習、まあ各段階で記憶修習というのが載っているからということによって、すべてが別だと考えるべきでは

ないね。同じ部分もあるし、別の部分もあると。

それは、例えば経典の内容なんか見ていけばよくわかるはずである。例えば、五根のときに出てくる内容と、例えば四念処のときに出てくる内容と、共通性があるとかね。そこのところは、連続した修行体系だから、角度を変えて修行をとらえているということもできるし、あるいは段階的な修行であるということもできるわけだよね。

で、わたしとしては、君たちに対してできるだけ夢を失わせないように、ちょっと引っ張っているわけだよ。例えばそれはどういうことかというと、最後の修行はこうだよという話をしたら、おそらくみんなうんざりするというか、何だ全然終わらないじゃないかと。

君たちはインスタントラーメンに慣れているから、三分間でできるはずなのに、それが例えば三日もかかってやっとスープしかできないのかというのと同じでね、俺たちそんなに待ってられないよと。これが日本人だと思うんだよ。

だから、その場合は方便によって、例えば氷というものを表現する場合、氷は透明なんだよ、綺麗なんだよという話だけしておく。で、ある段階でついてきた人たちに対して、実は氷は冷たいんだという話をするというテクニックは使わせてもらっているよね。今からも使っていくだろう、これは。だから、Bの今の質問は、まさにその状態に引っかかっ

ているということだと思いますね、わたしは。

第十六話　四つの預流支と六つの極限

九一年五月二十五日

◉四預流支によりデータの入れ替えを

人は形成された五つの集まり、つまりこの肉体、感覚、そしてイメージ、意志の遂行、識別、この五つの集まりの一つ一つのデータの質によって、次の生が決定される。

例えば、身における悪業をなし、口における悪業をなし、心における悪業をなした者は、その悪業の集積なるがゆえに、肉体、イメージ、感覚、意志、そして識別のデータがけがれ、悪趣へと落ちてしまう。

逆に、身における善行をなし、口における善行をなし、心における善行をなした者は、その肉体、感覚、表象、意志、そして識別のデータによって、来世、人間、憤怒天、戯忘天、あるいは神聖天や光音天へと生まれ変わることとなる。

そして、そのデータの入れ替え、データに基づき考え実践すること、これが四つの預流支である。

この四つの預流支を一つずつ正確に理解するためには、その一つ一つの事柄を深く検討すればいい。

例えば、一番目の三宝に対する帰依。この三宝に対する帰依とは何かというと、要するに皆さんを高い世界へ導く、あるいは今の苦しみを脱却させることのできる魂――これはオウム真理教ではグル、あるいはその根本的な教えをお説きになったサキャ神賢やシヴァ大神（たいしん）ということになるわけだが――に帰依をする。そして、その説かれた法を信じ、自分のものにしようと思う。そして、その実践をなしていて、自分より少しでも先を歩いている人の経験を信じるということ。これが第一の預流支である。

第二の預流支は、その教えをできるだけ多く、何度も何度もデータに入れる。それはちょうど、目的地に到達するために、地図を何度も何度も確認し、そして迷わないように目的地へ到達することを表わしている。

そして、第三番目は、その法に対して、自分自身が正しく実践しているかどうかの検討をする。ここでは、あくまでも検討であって、行為にまで及ばない。例えば、自分自身の行為は真理の法にかなっているかな、自分自身の言葉は真理の法にかなっているかな、あるいは心の働きの中に強い愛著や邪悪な心、敵を粉砕したいと思う心や、あるいは迷妄な

るがゆえに、真理を見ないようにしようとしている、そういう心の働きはないかなと。それをチェックする。

そして、しっかりと真理の法にのっとり考えた後、自分自身の身・口・意を統御する。ここで、考えなければならないことは、まず口の行ないから修正しなさいよということが、真理勝者であるサキャ神賢の法である。確かに、言葉からの統御は自分自身に負担もかからないし、そしてちょっと気をつけるだけで修正することができる。

ここに集まっていらっしゃる方は帰依信徒の方が多いから、おそらく、今わたしの話している法の要点をこのように考えられるだろう。きっと、グルは今、正見解、正思惟、その後の正語のことを言っていらっしゃるんだな、と。そのとおりです。そして、ここで、妄語・綺語・悪口・両舌という四つのカルマを脱却し、心のこもった、真実の、そして柔らかい言葉を語る訓練をする。この行為をなした後、あるいはなしながら、まず瞬間瞬間の身の行為の統御に入っていく。それが正行為である。

この瞬間瞬間の身の行為の統御は何を意味するかというと、殺生を離れ、偸盗を離れ、邪淫を離れるということである。

◉正行為の秘儀

では、ここでなぜ殺生を離れなければならないか。一つ秘儀を公開しよう。殺生というものは、その殺した対象の意識の断絶を自己のコーザルに吸収する形になる。

例えば、例として挙げるならば、人間、動物、あるいは動物よりもっと小さな小動物、これらの死というものは、一種の小さな気絶のデータがそこに生じる。そして、そのデータは殺した人の心に入ってくる。そして、その殺した人の心に入ってきた場合、自分自身のデータとしてそれが内在し、要するに気絶のデータを培う。気絶のデータを培うことにより、サマディに入れなくなる。このような考え方が、その不殺生の戒にはあるわけだね。

偸盗も同じように、盗んだがために、その盗まれた対象の貪りのデータを吸収してしまう。

邪淫はどうかというと、その対象の意識の外側に向かうそのベクトルのデータを吸収してしまうことになる。つまり、結局は、自分自身の本質に到達するためにはマイナスである。

そこから正行為というものが生じるわけだね。そして、大いに拡大されていく。それは正生活、そして正精進、正記憶修習、正サマディ、正精通、そして正離解脱ということに

なる。結局、ということは、四預流支の実践を皆さんがなせば、この八正道もその中に内在されているんだということが理解できたはずである。

皆さんの勝たなければならないもの、それは内側の魔である。この魔に打ち勝ってこそ、皆さんの内側に素晴らしい世界ができ上がり、そして皆さんの外側に素晴らしい世界が形成されるはずである。

◉迷妄を払い、真理の実践を

次は、皆さんと一緒に守っていきたい五つの戒めの歌、「五戒の歌」です。この歌は大変覚えやすい曲だし、そしてこの五戒を実践することによって、布施の功徳を漏れなくし、皆さんが人間界以上の世界へ生まれることの約束される、そういう歌です。ですから、皆さんは、この五戒の歌を一生懸命記憶修習なさり、その法の実践に努めていただきたいと思います。(説法祭では、尊師の歌も披露されます。)

五戒の歌

1　戒め守って高い世界へ　わたしは進む道をとる
はるかな過去から過ちを　犯し続けて今気づく
自己の苦しみは　自己の因

2　魂守って生きること　それは天へと至る道
殺生せずに生きるなら　体の苦痛は消え失せる
自己の苦しみは　自己の因

3　人に施し生きること　それは豊かな人生を
偸盗せずに生きるなら　貧苦の生活超えられる
自己の苦しみは　自己の因

4　見返り求めず真愛を　振りまくならば幸せに
邪淫をせずに生きるなら　楽しい交友待っている
自己の苦しみは　自己の因

5　真実語って生きること　それは願望かなう道
妄語を離れて生きるなら　正しい選択待っている
自己の苦しみは　自己の因

6　正しい生活営むならば　正しい選択身に宿る
飲酒を離れて生きるなら　過ち犯さず幸せに
自己の苦しみは　自己の因

この五つの戒めは、皆さんのよく知っている六つの極限の第二番目に当たります。もともと、この六つの極限、布施・持戒・忍辱・精進・禅定・智慧というプロセスは、北伝仏教の典型的修行体系であり、この修行体系は、在家の皆さんを、欲界を飛び越し、形状界へと至らせ、そして不還（ふげん）の道へと至る、そのための法です。ですから、皆さんが、もし、単に欲望天界や憤怒天界へ至りたいと考えるならば、この六つの極限のすべてを実践する必要はありません。しかし、もし在家であって、例えば父母を扶養しながら、あるいはどうしても出家して修行できないという条件の場合、この六つの極限をお勧めします。

この六つの極限の構成は、まず布施により貪りを放棄する。次は、戒律により、先程述べたとおり外的、悪いデータを吸収しないと。そして、絶えず心が集中できる状態をつくり上げていく。そして、三番目の忍辱により、これは在家ならではのことですが、例えば嫌な上司、あるいはオウム真理教の教えに反対している夫の方や妻の方と、あるいは親戚と、こういう人たちに、悪口や非難をされることにより、カルマを落としてもらう。

そして四番目、よりいっそう自分自身の器を広げ、広大な深遠な心を形成するために、二正勤二正断の実践に入る。つまり、今なしている善法をもっともっと増大させたいと願う。あるいは、今まだ達成することのできない善法に対して、その善法が生じるように願

う。あるいは、今まだ断ずることのできない悪業に対して、それが止滅しますようにと、捨断できますようにと願う。そして、今断ずることのできる悪業はどんどん断じていく。これにより、皆さんの五蘊、形状・容姿・感覚・表象・意志の遂行・識別は、悪いデータがなくなり、どんどんいいデータになっていく。

そして、瞑想に入ることにより、より深く自分自身の内側を分析し、完全にこの人間界を捨断する。それにより上から光が降りてき、そして智慧が現われる。そして、その智慧をもとに、自分の生き方を決定していく。

これが、六つの極限のすべてです。

皆さんが、この六つの極限、布施・持戒・忍辱・精進・禅定・智慧というこの六つをね、しっかりと身につけて、在家成就、あるいは出家し、解脱し、完全な自分自身を確立し、完全な神聖天への道を確立する。それを、わたしは願ってやみません。

皆さんが今生努力する年数は、例えば、今ゼロ歳の子がいくら頑張ったって、せいぜいが百年。しかし、その子供たちの得る果報は、例えば神聖天へ転生する場合、一カルパという長きにわたり転生することになります。これは、オウム真理教の計算では、最低百億年であるという計算が出ています。ですから、百年を費やし、百億年の平安、そして自由

を得るのか、あるいは、その百年を、苦しみと喜びを経験しながらそれにとらわれ、そして来世三悪趣へ落ちるのかは、皆さん一人一人がしっかりと迷妄を払い、そして真理の実践を行なうかどうかで決まってきます。

◉在家のメリット——忍辱の徹底

今日、この六つの極限の中で、皆さんが最もなさなければならないこと、それは第三番目の忍辱であるということをわたしは言いたい。出家の場合、例えば周りの人たちが、口のカルマ、あるいは行為のカルマを積まないから、なかなかカルマ落としをしてくれない。しかし、在家だと、多くの悪趣へ転生する人がいるわけだから、その人たちが皆さんのカルマを確実に落としてくれます。

ですから、そのとき、皆さんたちはね、大いに喜んで、わたしはカルマを落としてもらったんだと。あの人は、その縁によって、真理へ結びつきますようにという、ゆったりとした広大な心で周りと接してごらんなさい。そのとき、皆さんは、こう考えるはずだ。わたしは、オウム真理教にいて良かったって。そして、こういう逆の法は、オウム真理教にしか存在しないんだということに気づくはずです。

ここで、わたしが言った逆の法とは、一般の宗教というものは、喜びを求めるための宗教なんだね。つまり、修行してその生、楽になりたい。あるいは、修行して今を良くなりたいと。しかし、真理は永遠の幸福をテーマとしています。もちろん永遠のテーマが解決できるわけだから、瞬間瞬間の喜びというのはどんどん生起してきて当然であると。いいですね。

では、最後に、皆さんと一緒にね、この六つの極限をもう一度、言葉として確認しましょう。まず、第一は、布施。布施の徹底だね。第二は、持戒の徹底だね。第三は、忍辱の徹底だね。第四は、精進の徹底だね。第五は、禅定の徹底だね。第六は、智慧の徹底だね。そうです。そして、この六つの徹底、六つの極限をしっかりと実践していただきたいと思います。

第十七話　無常の世界から脱却する第一の法

九一年十月七日

◉このカルパの終わりに

ここはギッジャクータ山、皆さんは漢訳の「霊鷲山(りょうじゅせん)」という言葉で何度か読んだり聞いたりしたことがあるはずです。ここでは、サキャ神賢は、『法華経(ほけきょう)』や、あるいはその他の大乗経を説いたといわれています。しかし、それは真実でないという教えもあります。ので、この賛否については大した問題ではない。少なくとも、上座部(じょうざぶ)仏教においては大乗の思想がかなり発達していたことは事実だし、そしてそのテストケースとして、アーナンダがサキャ神賢のテストに遭っていたことも事実である。

ここでサキャ神賢は、多くの法をお説きになりました。そしてそれは、クンダリニー・ヨーガの成就者に対して法をお説きになり、クンダリニー・ヨーガから煩悩破壊という、つまり阿羅漢、そして阿羅漢から十力者に至る道、これをお説きになったわけです。

ここのヴァイブレーションは、わたしたちが一回目に来たとき、二回目に来たとき、三

回目に来たときと、どんどんエネルギーが強められています。そして、今回皆さんがここに実際いらっしゃって、そして供養、それから瞑想をなさって、よりいっそうサキャ神賢をはじめとする真理勝者方と、そして皆さんとの縁は強くなったはずです。

もともと大乗思想の根本にあるものは何かというと、まず個が解脱すると。これは第一前提になります。そして、解脱した魂が、その解脱の状態、つまり自由・幸福・歓喜という三つの状態を捨て、すべての魂に対してその状態を説き明かし、そして多くの魂をその世界へ導き入れるということにあるわけです。

では、なぜそれが必要なのかというと、例えばいくらデーヴァへ生まれ変わったとしても、このカルパの終わりには、この太陽系を含めた宇宙はすべて破壊されます。そして、破壊されたときに何も残りません。そのときには、デーヴァそのものもすべて、そのカルマに応じて、光音天界へ転生するか、あるいは、よほど質の悪い魂については他の宇宙の地獄へと至るわけです。ですから、いかに快楽を求めようとも、いかに楽しみを求めようとも、その快楽や楽しみというものは無常を根本としているわけです。

その無常を根本としているものを超越するためにはどうしたらいいのか。もちろんそれは、光音天界以上の世界へ生まれ変われば、単純なるカルマにおける死というものは存在

しません。しかし、やはりそこにおいても、例えば例を挙げるならば、空無辺の世界においては二万カルパの後、やはりカルマに応じて三悪趣へ転生しなければならないかもしれない。

◉無常から脱却するためには

では、そういうその無常を根本とした世界から脱却するための第一の法は何だろうかと。それは正見解であるといえます。では、正見解とは現代語で訳したら何だと。それは、真理のデータをたくさん知ること、記憶すること、これが正見解です。

で、ここで皆さんは一つ疑問が生じるかもしれない。では正見解と、正念つまり正記憶修習述との二つの違いは何だと。これはね、正見解というのは多くのいろんな法を記憶する、単純に記憶するだけなんだよ。ところが正記憶修習述というのは、一つのことを繰り返し繰り返し唱えて、それを記憶するということなんだね。

例えば、例を挙げるならば、有能神（ゆうのうしん）の世界はどういう世界である、有能神の世界はどういう世界である、有能神の世界はどういう世界であると、このような形で唱えるとか。あるいは、例えばわたしたちの身体は、まず骨は、頭蓋骨（ずがいこつ）があって、頸骨（けいこつ）があって、そして

胸骨があって、肋骨があって云々というふうに、それを何度も何度も繰り返す。これは記憶修習述と。ところが単純に、頭蓋骨、例えば頸椎、あるいは胸椎云々というふうに記憶していくこと、これは正見解に属するわけだね。

なぜ、じゃこの正見解が第一の法であり、すべてであるといえるかというと、正見解をもとに思索して初めて正思惟が成立します。もし正見解なくしては、正思惟は成立しません。つまり、根本となる教え、土台は何かというと、正見解である。その正見解をもとにしてのみ、正思惟ができるわけであり、あるいは正しい反省、例えばザンキの念に対するザンゲとかね、あるいは外側に対する、例えばグルに対する告白とか、そういうものが成立するわけです。もしこの正見解がなければ、いっさいそういうものは無意味になるわけです。

ですから皆さんは、まず今生で解脱をしたい、あるいは今生で悟りを開きたい、あるいは今生で少なくとも高い世界へ転生したいんだと、そして来世、より高い世界へ転生したいと考える人は、正見解にまず重きを置く。いいね。そしてその後、正思惟、そして最も実践しやすい正語へと移っていきなさい。いいね。

そして、確かにヨーガ的な技法によってアラハットに到達すること、あるいはマハー・

ムドラーを成就することは価値があります。しかし、それも正見解がなければ、その自分の状況というものが、逆に理解できない。確かに、コーザルへ没入するわけですから、二万カルパの長きにわたりその人は楽を得ることができるけども、しかし二万カルパといっても、有、つまり有限に属します。有限に属するというものは、必ず終わりが来ると。

つまり、初めと終わり、瞬間瞬間をとらえるならば、二万カルパであろうとも、あるいは十年であろうとも変わらないわけだね。これが仏教の、無常を根本としている理由です。わかるかな、言っていることは。だから、そこをしっかりと理解しましょう。いいね。

◉絶対自由・絶対幸福・絶対歓喜とは

そして、絶対自由・絶対幸福・絶対歓喜というのは、これはね、ゼロになることじゃないんだよ。絶対自由・絶対幸福・絶対歓喜というのは、つまり、真我の意志によって自在にこの三界へ自分自身を現わし、そこで生活することができると。そして必要なくなったら、また戻ってこれる、これが絶対自由である。

で、絶対幸福というのは何かというと、これはすべてのカルマの制約を受けなくなっている状態。だから、悪業も善業もそのときには、もうその人は存在しないわけです。これ

は絶対幸福の状態である。
絶対歓喜というのは、その人の善や、あるいは徳が満ちて、何もしなくても本当に快感の状態でいられる。いつでも快感状態になれる。これが絶対歓喜である。
つまり、これらはすべて論理的なんだね。例えばどういうことかというと、慣性の法則で、静止しているものに対して力を加えなければずっと静止している。そうだね。同じように、例えばエネルギーが循環し続けてそれに漏れがなければどうだ。永遠に減らない。こういうことを、仏教やヨーガではいっているわけなんだよ。
だから、一般的に日本に伝わってきているような正しくない教えに対して決して耳を傾けない。いいね。君たちは最高の法を持っているわけだから。
そして、この最高の法については、今回スリランカに行ったときも、例えば、ね、お坊さんたちがわたしに対して、悟りを開いている人とか、あるいは世界でただ一人仏教の説ける人、あるいは世界でただ一人救済のできる人という、絶賛をしてくれたわけけど。あるいは、ある大臣が、わたしに対して阿羅漢であるという言葉を使ったりしていたわけだけど、それは、わたしの話している内容が、仏教の内容そのものであるということなんだね。　つまり、最も正確にパーリ語の読めるスリランカ人にとって、わたしの仏教はあた

り前の仏教であると。しかも、それは当然の仏教であると。ただスリランカにはアラハットになった人は二人しかいなくて、一人はサンフランシスコで今法を説いていると。もう一人は、森で瞑想し続けてるという話だ。
よって、君たちはそういう条件のもとで今真理を実践できるわけだから、それに対して確信を持ってしっかり頑張りましょう。いいね。

第三章　秘儀瞑想の世界

第十八話　積徳・心の浄化・合一

八九年十一月十日

◉三つの瞑想修行

今日も、瞑想について少し話をしたいと思います。

瞑想には、三つのタイプの瞑想があります。その三つのタイプの瞑想とは何を意味しているかというと、第一は功徳を積む瞑想、第二は心を浄化する瞑想、第三は合一をする瞑想の三つです。もちろん、その前に、帰依の修行だとか、あるいは利他心、大乗の心を培う修行だとかいうのがあるわけだけども、その土台は日々培わなければならないわけだから、それは別にして、三つの瞑想修行、つまり功徳を積む瞑想、心を浄化する瞑想、そして、合一をする瞑想の三つが必要であるとわたしは考えます。

そして、オウムの修行体系において、一と三は完璧であるけども、二の瞑想が少し少ないように思われる。この二の瞑想については、ね、ザンゲという形で、今、月二回行なわれているわけだけども、もっともっと二の瞑想を行なわないと、本当の意味での自己とい

うものに到達することはできない。もちろん、ね、別の角度の瞑想、例えば思索をし続ける瞑想だとかいうこともあるわけだけども、今わたしが言いたいのは、グルヨーガ系統、あるいはツァンダリー系統の瞑想の流れであるというふうに理解してほしい。

◉それぞれに異なる瞑想の意味合い

そして、この三つの瞑想の意味合いというものは、それぞれ違うんだということ。では、どのように違うのか。例えば、功徳を積む瞑想――これはまだ君たちが伝授を受けていないいろいろな瞑想があるわけだけども、要するに、この欲六界だけではなくて、すべての魂にあまねく徳を積まさせていただく。そして、その徳の見返りは何であるかというと、自己の霊性の向上、心の成熟である。そして、その霊性の向上、心の成熟が、またすべての魂の霊性の向上に結びつくようにと願う瞑想、これが功徳の瞑想である。

次に、ザンゲの瞑想。心を浄化する瞑想とは何かというと、これは、わたしたちの心に生じている心の煩悩(ぼんのう)、貪り・嫌悪・無智。あるいは、口の煩悩、綺語(きご)・妄語(もうご)・悪口(あっこう)・両舌(りょうぜつ)といったようなもの。あるいは、今までなした身の行ないのザンゲ、殺生(せっしょう)・偸盗(ちゅうとう)・邪淫(じゃいん)といったようなもの。このようなものをもし放っておくならば、それはちょうど、池の中に

たくさんのゴミを入れて放っておくようなものである。

そして、これについてのザンゲの瞑想は、今仏教系統の瞑想もあるし、オウムの瞑想もあるわけだけども、わたしに言わせれば、この現代に合った完成された瞑想というのは存在していないのではないかと思います。これについては、もっともっとこれから研究をし、皆さんのこの現代に合った形の、心を浄化する瞑想をつくり上げていきたいと考えています。

そして、この二つの条件がそろって、三つ目の合一の瞑想――この合一の瞑想とは何かというと、自分自身がもし何の色もついていない状態であるならば、いろいろな色を勝手につけることができるはずである。あるいは、何の色もついていないものと完全に合一する。しかもそれは、心の成熟が完全になされたもの――例えば仏陀でもいいし、例えばマハー・ニルヴァーナのシヴァ神でもいいけども――と合一をする瞑想。これは、六波羅蜜菩薩の大乗のツァンダリーを受けた人はわかるかもしれないけど、六波羅蜜菩薩の修行ということとも一致している。

そして、この三つの瞑想が完璧になされるならば、完全に自己の本性というものを理解することができる。そして最後に、その自己の本性を純粋な智慧の光によって分析し、そ

して最終的なステージに到達する。

●強まる光――功徳を積む瞑想

　今日の話は少し難しいかもしれない。なぜならば、今日の話はわたしの立場から君たちに問いかけている、投げかけている話だからである。よって、まだ新人シッシャ（出家修行者）になって瞑想の「め」の字も知らない人、あるいはシッシャになって時間は経っているんだけども、ある程度経験はあるんだけども、グルの言っていることが少しはわかるんだけど全体はわからないという人もいるかもしれない。あるいは、大師でも、今日の話は理解できない部分がかなりあるかもしれないけども、これは、わたしが君たちに与えるプレゼントだと思って聴いてください。

　そして、この第一の功徳を積む瞑想は、わたしたちに心の本源的な部分の光の強さを現わすようになる。この本源的な心の光の強さが増せば増すほど、わたしたちの心の本質というものを映し出すようになる。それは、ちょうどマハー・ムドラーの成就と似ている。

　どういうことかというと、ここに、そうだね、映写機を考えようか。あるいはスライドを考えよう。そのスライドの光源、光の源がもし弱ければ、どうだ君たち、そのスライド

は、スクリーンに綺麗に映るだろうか。どうだ。映らないよね。つまり、心の本源的な光、功徳が高ければ高いほど、強ければ強いほど、そのスクリーンに、その人の心のすべてが映し出すことができるようになるわけだ。

じゃあ、君たちに質問しよう。そのスクリーンとは何だと。スクリーンとは、この現象界である、ね。ということは、その人のもともと持っている光の強さ、そして、徳を積んでいるから徳のデータがこの現象界に現われるわけだから、その人の人生は幸福ということになる。あるいは、派手ということになる。

そして、君たちはわかっていると思うけど、わたしの人生はまさに派手であると。わたしは自分で自分の人生を派手にしたいと考えているわけではないけども、派手であると。これは現代人に比べて、わたしが功徳を積み、わたしの発している光が強い証拠ではないかと考えています。しかし、逆の言い方をするならば、わたしの、例えば、過去においてなした業のけがれた部分があるとするならば、それも当然投影されるから、いいこと悪いことひっくるめて目立つと、ね。

◉心を浄化するザンゲの瞑想

じゃあだ、悪いことを消滅してしまうためには何があるんだといったら、どうだ、そこで出てくるのが、心を浄化するザンゲの瞑想ということになるわけだ。そして、このザンゲの瞑想をなすならば、徹底的に瞑想をなすならば、功徳の光、そして、その光が投影されるこの現象界ではいいことだけが起きるようになる。いいね。そして、その人はどんどんどんどんいろんな意味で幸福になってくる。

君たちの考えている幸福という定義と、わたしの言っている幸福という定義は、かなりズレがあることを認識しなければならない。その幸福の定義のズレとは何かというと、欲求がいっさい起きない状態をわたしは幸福だと考えているから。

まあ、それはいいとして、この功徳の瞑想、あるいは功徳の実践、ザンゲの瞑想、心を浄化する瞑想、あるいはその心を浄化する実践、ザンゲの実践が完全になされたとき、合一する瞑想の準備ができたと考えたらよろしい。

◉真に合一をするためには

では、何に対して合一をするんだ。それは、ある場合はグルに対して合一をする。する

と、グルのデータと完全に合一し、グルの持っているデータを使いこなすことができるようになる。ある場合は、シヴァ神と合一する。ある場合は、覚者と合一する。ある場合は、守護神と合一する。ある場合は、六つの極限の菩薩、六波羅蜜菩薩と合一する。

ということは、この合一の瞑想によって百パーセントの結果を得ようとするならば何が必要かというと、光の強さと、それからもう一つは、データが濁っていないことである。

例えば、君たちに質問しよう。ここに赤い色の紙があったとして、これにもし緑色を塗ったとしたならば何色になるだろうか。どうだ。本質は緑であるとしよう。それに、赤い紙に緑色を塗ったとしよう。それが当然、赤の後ろには光が強いとしようじゃないか、何色になると思うか。グレーか。グレーになるか、赤と緑と混ぜたら。グレーじゃないでしょ、完全な。ないよね。ということになる。

そして、わたしは、例えばグルと合一したのに結果が出ない。例えば、わたしはシヴァ神と合一したのに結果が出ないという形になる。

じゃあ、例えば、赤に青を混ぜたらどうなるか。紫になる。これも青ではないよね。では、赤に黄色を混ぜたらどうなる。オレンジか。これも黄色ではないよね。わかるね、言っていることは。つまり、元のデータを完全に浄化し尽くしてしまわない限り、本当の意味

での合一はないんだということだ。

◉四如意足を実践せよ

これは、今日の十二時過ぎぐらいだったかな、シヴァ神からの示唆があったから、おそらく君たちに完璧に浄化する瞑想を、ね、近いうちにプレゼントすることになると思います。そして、功徳を積む瞑想について、実践については、今オウムの修行で百パーセント十分である。ザンゲの瞑想がやはり足りない。ザンゲの実践が足りない。

そして、この二つを完璧にまずマスターし、そして合一の瞑想をなし、そして、ね、ジュニアーナ・ヨーガの修行、あるいはマハー・ムドラーの修行に入るならば、あっさりと三つ目までのヨーガは終わってしまうよ。そして、それだけ、その道をちゃんと早く歩くことのできる人たちがそろってきているよ、まだ数はそんなに多くはないけど。

そして、その瞑想――これをなすためには、いつもわたしの言っている四つの神足、如意足（にょいそく）が必要である、ね。何かというと、まず修行に対する欲求を持つ。そして、修行に対して努力をする。そして、集中をする訓練を行なう。そして、最後に思索をする訓練を行なう。この四つを絶えず行ないなさいよと。この四つを絶えず行ないなさいとはどういう

ことかというと、四つの項目を一緒に絶えず行ないなさいという意味ではなくて、今の自分のステージに合っている、その四つの修行法の一つを絶えず行ないなさいよという意味だね。

◉智慧の光の空間へ

少し難しいけども、コーザルの話をしましょう。コーザルはデータ優位の世界であると言ったよね。そして、功徳を積むことによって、光の、光源の力はどんどんどんどんと強まる。

そして、ね、先程も言った、池の中にたくさんのゴミを投げ込んだようないろんなデータがごっちゃごちゃになる。そして、心が乱れるとそれがかき乱されたような形になり、いろんなものが混ざる。

あるいは、眠気が、眠気というよりも愚鈍な心の状態になると、その光はあるんだけども、ちょうど、そうだね、藻のようなものがたくさんそのコーザルの世界を覆う、ね。でまあ、だいたいこのときは、デーヴァの状態である。

そして、心が、次は怒りに震えているときは、真っ赤な光の棒が下りてくる。貪りをな

しているときは、黒いね、何重もの輪っか、そしてその奥が真っ黒という、そういう世界に没入する。

これはすべて、ね、三つの根源的な煩悩の根っこである。

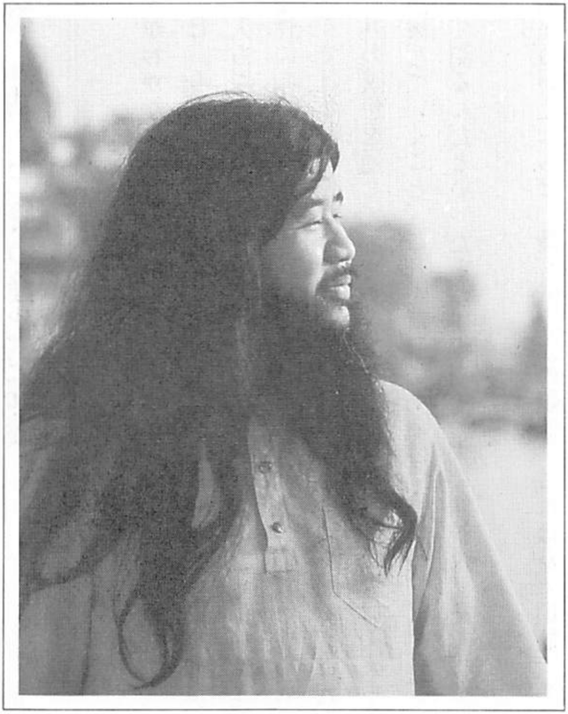
そして、最終的には白を離れ、白銀を離れ、黒を離れ、そして濃紺を離れ、赤を離れ、そして、ファイアーカラーを離れ、そのすべての色の本源を、すべてのデータの本源を消滅してしまうこと、完璧なクリアな状態にすること、それが修行の本質である。

そこには光の空間しかない。根源的に輝く智慧の光の空間しかない。それこそ、わたしたちが求める最高の状態である。そしてその状態のとき、先程も言った、いろいろなものに合一することができる。そして、そのとき思索し続け、自己を完璧にコントロールできる心の状態が登場する。

●法を自らのものとして——

今日の話は、ちょっと難しかったかもしれない。しかし、内容としては、わたしは、今日君たちに、今までの説法の中でも、最も大切なものをプレゼントしたような気持ちがします。あとは君たちがこれを使って、自分たちのものにしていくかしていかないかは、君

たちの努力次第である。
そして、現世的な無駄話をし、現世に心を縛られ、修行に心が向かないと、どんどんどんどん教義だけが難しくなり、データだけが入ってくる。逆に、本質的なものを見つめ、修行に専念すると、少しずつそのデータが入れ替わり、そして自分自身が変化し、大乗の菩薩として、あるいは小乗の成就に向かっての修行者として、どんどん道が開かれ進むことができる。そのどちらの道を選ぶかは、君たちの努力次第である。
そして、現世に引っ張る人、この人を悪魔と呼ぶ。そして、修行の、例えば自分がちょっと疲れたとき修行できる空間に追い込んでくれる人、これを守護神だという。そして、その修行の最終地点まで導いてくれる人、これをグルだという。この三つのグループの魂のどれに最も愛着をするかによって、君たちの今後の修行が決まると、そう考えてください。悪魔が好きな人は、きっと一年後、ここでわたしの講話を聴いている人というのはいないんじゃないかね。
はい、それでは、今日の講話はこれで終わります。君たちのね、貴重な睡眠時間を、まあ邪魔して悪いと思ったけども、これについてはどうしてもね、今日のうちに話しておきたいと思ったから、時間を取りました。



第十九話　三管の浄化の秘儀

八九年十一月七日

◉いっさい雑念がわかない状態――解脱

はい、それでは、今日の本題に入りましょう。今日は、霊性の向上とは何だろうかということ問題について入らなければならない。君たちは、霊性の向上とは何だと考えるか。わたしは、霊性の向上とは煩悩の消滅であるという。えっ、だとすると、悟りと解脱とは同じかと。そうではない。思索を中心として、煩悩の止滅を図る、これが悟りである。そして、思索以外の瞑想を通じてエネルギーを上昇させ、その管に蓄えられているいろいろなデータを消滅していくこと、これを解脱であるという。ということは、その人のステージは、何によって測るんだといったら、まず、その人の精神性、そしてその人の煩悩ということになる。

そして、次元からいくならば、最も低次元の煩悩、これは身の煩悩であると。次に口の煩悩であると。そして、心の煩悩が最も次元が高いということになる。そして、身の煩悩

が生じているということは、当然口の煩悩と心の煩悩は生じている。これは、OKだね。そして、心の煩悩、これは高いというのはどういうことかというと、終わりの方で消滅していかなければならないということだね。

もっと別の言い方をするならば、霊性の向上イコール精神集中の時間の長さと。ここでいう精神集中とは何かと。例えば、マントラがある。このマントラだけが心の中に鳴り響いている状態、そのとき例えば、あした仕事をこうしようとか、例えばあの人が好きだとか、例えば急に性欲が出てくるとか、あれが食べたいこれが食べたいとか、不安感が生じるとか、そういう心の働き、すべてが煩悩であると考えればいい。

そして、そのすべてが全く静止した状態、この状態を最終の解脱であると。つまり、何かをなす場合、そのなしている間、いっさいの他の思念が生じてこない状態、これを最終の解脱であると考えたらよろしい。そして、そのためには、三つのナーディー、イダー、ピンガラ、スシュムナーという三つのナーディーが、完全に浄化されている状態を指している。ということは、今自分たちがどのへんで引っかかっているかと、そして最終の解脱まで、どのようなアプローチをすればいいかという、一つの興味が出てくるだろう。

とにかく、ただひたすら怒る。嫌悪する。そして、心は暗い状態である、ね。この状態

は、いったい何を示しているんだ。当然、データとしては、ムーラダーラ・チァクラ、地獄のカルマを示している。わかるね、これは。そして、その地獄のカルマ、これが消滅したら、次は餓鬼(がき)のカルマが生じる。そして、動物、人間、阿修羅(あしゅら)、天界という形で生じてくる。

ある人は、複合的に、ある人は単一に生じる場合がある。そして、一般的には複合的に生じる。で、その中で最も強いものが、その人の来世を決定すると考えていいでしょう。ということは、わたしたちが絶対的な自由・幸福・歓喜を得るためには、最終の解脱をするためには、例えば、ワーク中にいっさいの雑念がわかない状態をつくらなければならない。例えば、瞑想中にいっさいの雑念のわかない状態をつくらなければならないということになる。

これは、ＣＳＩで起きた問題だけども、例えばね、ワーク中に不満が出る。不満が出るということは、そのワークに集中していないわけだから、当然その不満の世界に来世は没入しますよと、少なくとも。つまり、それよりも以下だっていうことだね。そして、いかなる条件があろうとも、どのような立場に立とうとも、いっさい心の状態が変化しない状態をつくることが、君たちの役割なんだ。

◉管を浄化するマントラの唱え方

じゃあ、左の気道と右の気道はどのように浄化したらいいんだ。これが今日のポイントだ。これは、今まであまり話していないから、説明をしなければならない。

まず、左の気道を浄化するためには、ゆっくりと長い瞑想が必要であると。例えば、マントラとしても、ゆっくりとしたマントラをずーっと例えば唱え続ける。すると、どういうことかというと、このヴァイブレーションは、左に反応する。そして、左がどんどんどんどん浄化される。

ところが、こういう修行を延々と続けたとしても、右の気道は浄化されないんだね。もう、少しわかったと思うね。右の気道を浄化するためには、逆にテンポを速く、少しミスしてもいいから、テンポを速く唱える。例えば、ねえ、グルヨーガのマントラ、その中に少し怒りを乗せるぐらい、速く進めよう速く進めようという気持ちを乗せて唱えるならば、右の気道の浄化が起きる、ね。

そして、中央の気道を浄化する場合はどうしたらいいか。この場合は、速く確実に、そして集中を上にする。要するに、集中を、このブラフマランドラに集中して、マントラを唱える。

つまり、言い方を換えれば、左の気道、右の気道を浄化するときは、そのマントラのテンポに、あるいはマントラに浸るということに集中すればいい。ところが、この中央のシュムナーを浄化するときは、速く正確に、そして上に集中する。この三つの条件が必要である。そして、そのときに心は集中をしていなければならない。焦りがあってはならない、絶対に。もし焦りがあったならば、右の気道に集中するからだ。

そして、昨日も言ったかもしれないけども、最低二時間、全く雑念のない状態が生じたら、思索の瞑想に入る。これがベストである。つまり、二時間瞑想し続けて何の雑念もわいてこないと。

◉左・右・中央の気道の性質

じゃあ、君たちが見ているアストラル・ヴィジョンというのは、いったい何だ。それは、先程わたしが言ったナーディーのけがれが言葉として出てくる場合とヴィジョンとして出てくる場合がある。そして、そのヴィジョンを、君たちはアストラル体験だといっているわけだ。つまり、風（ふう）がそこを突き抜けるときに、データが、ね、ブラフマランドラに生じるわけだけど、そのときのデータを、君たちはアストラル・ヴィジョンだといっているわ

けだ。

　ということは、君たちのアストラル・ヴィジョンは、修行を進めていく上においてはマイナスである。なぜマイナスなのかというと、そこに管のけがれがあるからである。そんなものは完全にすべて消滅してしまうこと、それが修行なんだよ。もちろん、全く夢を見ない状態はもっと悪い。これはなぜかというと、風が、エネルギーが、つまりそのけがれまで到達しない状態、動いていない状態だから、これはもっと悪い。いいかな。

　そして、今日、わたしは、左・右・中央の浄化のやり方を指導したわけだけど、これを実践するならば、君たちの修行は、またこれから、今よりも速いペースで進むはずだ。いいですか。

　じゃあ、左の気道に入っている人の性質はどういう性質だろうか。あるいは、右の気道に入っている性質の人はどういう性質だろうか。あるいは、中央の気道に入っている人の性質はどういう性質だろうか。

　まず、左の気道に入っている人っていうのは、消極的である。そして、寝ることを好む。そして、淫乱(いんらん)な、ね、淫を好む。性的な喜びを好む。そして、その中に没入しようと考える。

じゃあ、右の気道に入っている人の性質はどういう性質だろうか。まず、大変活動的である。そして、ものを考えない。そして、怒りっぽい。仕事は速いけども、ミスも多い。それから、論ずるより行動というタイプである。

じゃあ、中央の気道にエネルギーの入っている人はどうか。とにかく論理的である。コネコネコネコネと論理をこね回す。そして、その論理の中に没入する。ね。で、これを自己の性格の中に当てはめたらよろしい。そして、自分はいったい今どこで引っかかっているのかと考えなさい。そして、もちろん、左の気道を無智という、ね。右の気道を怒りという。そして、中央の気道を執着の気道という。

◉三管の浄化のプロセス

いいか、そして次は浄化のプロセスについて少し話そう。一般的には、男性は右、女性は左からスタートする。そして、左右の気道が浄化された後、中央管が浄化されます。これは、原則です。ところが、シャクティーパットを始めると、例えば右利きは右の気道がすべてやられてしまうから、左から浄化が始まる。そして、中央管が浄化され、右の気道が浄化されます。ね。逆に左利きの場合、左でエネルギー移入をするならば、当然逆のこ

とが起きるということだね。

ということは、言い方を換えれば、一般的にはといったのはどういうことかというと、やはりその人がラジャス傾向であるか、あるいはタマス傾向であるか、つまり、怒りの傾向であるか、あるいは無智の傾向であるか、あるいは執着傾向であるかによって、その人の浄化される管の順位は変わるというふうに考えなさい。

まあ、これについてわたしが今まであまり言及しなかったのも、ね、君たちに嘘を教えるわけにはいかないから、いろんなケースを検討していたわけだね。そして今回、はっきりとそれについて説明することができると考えたから、まあ、今みたいな説明をしたわけだ。

◉積極的な救済活動を

そして、ということはだよ、いいか、管の中にわたしたちの情報が詰まっている、これはOKだね。管の中に情報が詰まっていて、その管を通るときに、風が管を通るときに、そのデータが、ね、ブラフマランドラを通じて結局一つのデータとして現象化する、これはOKだね。

ということは、わたしたちは、未来において味わわなければならない苦というものを、今味わっていることにならないか。どうだ。わかるか、言っていることは。つまり、このナーディーのけがれは、そのものがわたしたちのカルマだとしようじゃないか。そして、風がそれを通過するときにそれを経験させられるということは、今未来において生じるはずのカルマを経験していることにならないか。どうだ。わかるか、言っていることは。

ということは、君たちの一生というものは、果たして一生だろうかと。どうだ。このナーディーのけがれは、今生つくり上げ、来世に経験しなければならないものも入っているよね。そう思わないか。前生から引き継いだものも入っているよね。そうだね。あるいは、前々生から引き継いでまだ昇華できないものも入っているよね。そうだね。

それを、今君たちは経験しているわけだから、強烈に経験しているわけだから、その経験によってカルマは落ちるか落ちないか。ということは、君たちが今味わっている苦悩というものは、喜びか喜びじゃないか。それを、そう考えられるかどうかだ。

つまり言い方を換えるならば、この身・口・意の浄化・強化に、積極的に努めるかどうかと。これも、その人の三つの道のうちのどの道を歩かせるかという、その決定の要因になるんだということだね。

　そして、今君たちが失敗したとしても、例えば社会的に叩かれたとしても、オウム真理教で飯は食っていけるし、寝る所もある。修行もさせてもらえる。堂々とやれる時期である。堂々とカルマを落とすことのできる時期であるということを認識している智慧のある人だったならば、積極的にトライするだろう。もしそれが、そうじゃない人だったならば、どんどん、ね、暗くなっていくだろう。

　まあ、言い方を換えるならば、例えば救済活動なんていうのはちょっとヴァジラヤーナに似ているからね。積極的に自己をアピールして、功徳を積まなければならない。しかも、現世という煩悩の渦の中である。その中で、自分を置いて闘わなければならないというのは、わたしはものすごく大変じゃないかと思う。しかし、その大変さの中に真実を見いだし、真理を見いだし、実践できるかどうかだ。

　今日は、悟りのプロセス、それから解脱のプロセスの違いについて少しお話をしました。そして、三つの管の浄化について、わたしはこれは秘儀だと考えるわけだけど、その重要なポイントを君たちにお話をしました、ね。そして、ナーディーの意味合いについてお話をしました。これを君たちが理解し、そして、実践するかどうかは、それは君たちの今後の努力にかかっていると思います。

◉オウムの宝物

最後に、君たちに質問があるんだけど、オウムの宝物って何だと思うか。まあ、グルは別にしてだ。わたしは、ウマー・パールヴァティー・アーチャリー（尊師の三女）やケイマ大師（現在は最上善逝）、ね、あるいはマハー・マーヤ大師（現在の聖者ヤソーダラー最上善逝。三名とも大乗のヨーガの成就者）、あるいは、クンダリニー・ヨーガの大師を含めて、大師だと思いますね。

その理由は、一つずつ確実にステージの証明をしている。そして、その宝物をつくるためには、相当の年数が必要である。で、今ここに、その宝物になる、まだ鉱石がたくさんいる。それを磨き上げるのは、もちろんわたしの役割でもあるけども、その人が自分を本当に磨き上げるかどうかということ、それがポイントじゃないかと思います。

そして、このシッシャ生活をもし苦だと、現世がいいと考える人は、やはり、条件として、三つの世界に落ちていくということは間違いないだろうね。なぜかというと、ここで行なわれていることは、嫌悪の排斥と性欲の排斥と、それから食欲の排斥だから。つまり、地獄・餓鬼・動物という、この三つの排斥だから、これに耐えられない人というのは、やはり三つの悪趣（あくしゅ）に生まれ変わる要素があるんだと考えます。

しかし、その人たちもその要素を落とし、磨き上げていったならば、やはり、どんどん高い大師として輝き出すのではないかと思います。

今、少し磨いてラージャ・ヨーガの成就をしている、もっと磨いてクンダリニー・ヨーガの成就をしている人は、もっともっと自分を磨き上げて、本当の自分の内側にある最高の宝物に到達してほしいと思いますね。

第二十話　高い世界の経験と四無量心の瞑想

九一年十月八日

◉大きな利益を得るために

もともと真理勝者が登場するとき、存命中は、布施、例えばこれは金品の授受が認められていない場合、医薬品、座具、そして食事という三つ、それに衣、この四つ、この四つを供養することを原則とし、真理勝者入滅後は、踊り、歌、お香、そして花によって供養することをよしと経典にうたわれています。

なぜオウム真理教において花の供養をなさないのかというと、やはり、生きている花、この生きている花を摘み取るということは、皆さんにとって若干でもよくないカルマを形成するのではないかという、教団側の配慮からです。

このように一つずつ一つずつ慎重に生きること、これは、わたしたちが真に幸福へ至る道へとつながることになります。なぜなるのかと。確かに大ざっぱにダイナミックな瞑想をし、その瞑想を達成し、そして好きな言葉、それは例えば悪口になったり、あるいは邪

悪心を含んでいるような言葉であったり、そういうものを含みながら、ダイナミックな瞑想と布施功徳を積むだけで、輪廻転生(りんねてんしょう)はいい方向に向かうのではないかという考え方があります。

もちろん、これは正しい。確かに輪廻転生はいい方向に向かうでしょう。なぜならば、わたしたちの世界の決定というものは他の魂との対比になるからです。

例えば、今オウム真理教の信徒の皆さんほど真面目に、功徳を積もうとしたり、善行をなそうとしたり、あるいは真理のデータを記憶修習しようとしたり、あるいは真理の流布をしようとしたりしている方々は、これは、世界の仏教徒を見渡してもあまりいらっしゃらないでしょう。しかし、それはあくまでも他の魂との比較であって、皆さんが絶対的な境地へ到達するためには、より微細な意識状態になり、そして自分自身のけがれというものをしっかりと認識し、そのけがれを捨断する訓練が必要なのです。

特にステージが高くなると、これはわたしたちの火元素や風元素に大きな影響を与えます。例えばわたしの場合、少しでも大きな声を出した後、体の部分、特に喉(のど)の部分から胸にかけて熱感が奪われます。つまり、火元素を消耗するのです。あるいは弟子たちを見ていると、言葉や心において帰依を実践課題としていながら、それが達成できない場合、風

の制御が起き、風の流れが悪くなり、頭痛を起こしたり、吐き気を起こしたり、あるいは感情に揺れが生じたりします。

これらはすべて、わたしたちの言葉やあるいは心の働きが、わたしたちの身体の五大エレメントに対して、あるいはこの現象界に対して、大きな影響を与えていることの表われなのです。したがって、日々の生き方の中において、慎重に言葉を選び、慎重に心の働きを統御し、慎重に行動するということは、わたしたちにとって大きな利益があるわけです。

●最終的にはマハー・ニルヴァーナへ

そしてこの大きな利益は、わたしたちをまずこの人間の世界から出離を得る前に、三悪趣である地獄・動物・餓鬼といった三つの世界をまず捨断し、その後人間の世界においてまず高い地位や、あるいは高い権力や、あるいは財産や事業の成功といったものをもたらすようになります。

そして、それに対して頓着せず、修行を続けていると、意識堕落天の傾向、つまりまだこの段階では戒律が遵守されていませんから、しっかりと守られていませんから、意識堕落天の傾向が生じ、意識堕落天の世界を経験し、そして戒律遵守をきちんと行なうように

なると、次は戯れ堕落天の経験が始まります。しかし、このときはまだ、わたしたちは現象界における喜びを求めているのです。

　現象界における喜びが捨断されると、その後神聖世界への経験が始まり、空中を飛来し、食を取らなくなり、そして心の働きにより、プラーナによって生きるようになります。この段階に入ると、完全に代謝が落ち、少ししか食事をしなくても太ったり、あるいは少ししか食べなくても、平気で一日二日三日と活動できるようになってくるのです。

　そして、心において、偉大なる聖慈愛、あるいは聖哀れみ、あるいは聖称賛、聖無頓着の達成が一段階ずつ進んでくると、形状界の神々の、高い世界を一段階ずつ経験し、見るようになり、そして、最終的にはアカニシタ天、つまり超越童子天へと至ります。まあこれは、漢訳仏典が間違いとして有頂天とかいう言葉で伝えられていますが、正確な訳語をいうならば、超越童子天ということになるのです。

　この超越童子天の経験を尽くすと、次は空間が無辺である世界へと到達します。この空間が無辺であるとはどういうことかというと、心そのものを我と感じるようになり、そうすると心の広がりが世界を覆う、あるいは宇宙を覆うような意識状態へ到達します。

　この空間が無辺である境地を到達すると、次は識別が無辺であるという境地へ到達しま

す。この識別が無辺であるとは何かというと、諸現象に対して善悪だとか、あるいは美醜といった、つまり相対の世界から離脱したかのような状態に到達するのです。もちろんこのとき、心は同じように広がりを経験します。

そしてその次に、無所有境へと到達します。この無所有境というのは何かというと、完全なる闇、まあ正確な言い方をすれば、完璧なる虚空三昧の状態といってもいいかもしれません。そのとき時間は完全に静止し、空間のみが存在している経験をします。

そしてその後、非認知非非認知境へと到達します。この非認知非非認知境は、自己の存在そのものが認知できない状態へと到達するのです。

そして最終的には、経験そのものが完全に浮いてこない、全くそこには空間、平穏しか存在しない状態である経験と、そしてイメージと、すべての心の働きが完全に静止した状態、つまりマハー・ニルヴァーナへと到達するわけです。

◉禅とオウム真理教の違い

この説明を聞いてもおわかりのとおり、わたしたちが日々の生活において、一つずつの言葉に対して、一つずつの心の働きに対して、あるいは一つずつの行動に対して認識する

こと、これはわたしたちにとって大きな利益が生じます。

ですから皆さんは、この日々の生活において、まず瞑想の土台を固めるんだと。そして座るときには、その瞑想した自分の心の状態がどのような形で夢に現われたり、あるいはイメージに現われたり、あるいは想念に現われたりするのかを認識する、そのような修行へと移行なされれば、確実に皆さんの瞑想ステージは上達し、そして間違いなく未来において、十の力を得た者、十の力に到達した者へとなるでしょう。

ところで、ではいったい、禅とオウム真理教の教えとはどこが違うんだ。禅においては、例えば功徳、あるいは善行といったプロセスが欠けています。よって彼らは、歓喜というものを、悦や喜というものを経験することなくニルヴァーナへともっていくわけです。ですから当然これは、徳のある高いニルヴァーナに到達することはできません。

したがって、わたしたちが今生もよく、来世もよく、その上に煩悩破壊し、すべてがよくなるためには、やはり善の修行、徳の修行、寂止の修行、そして法則にかなった修行の実践が必要となります。しっかり頑張っていただきたいものです。

◉慈愛・聖哀れみ・聖称賛の瞑想

それでは、これから四無量心（しむりょうしん）の瞑想、まず「慈愛」の瞑想を行ないましょう。

この慈愛の瞑想は、皆さんの肉親、知人、友人、それぞれ一人一人が早く真理に気づき、そして今生もよく来世もよく、そして煩悩を弱め、永遠に幸せになってほしいなと思う心、これが慈愛です。しっかりやってみてください。

続いて「聖哀れみ」の瞑想に入りましょう。

今まだ真理を知らないで真理の実践ができない人に対する哀れみ、あるいは真理を否定している人に対する哀れみ、あるいは真理を誹謗（ひぼう）する人に対する哀れみ、これらの人が悪趣へ至る道、これから早く離脱してほしいなと思う心、これが聖哀れみです。しっかりと集中して、皆さんの親族、友人、知人を一人一人思い浮かべて、観想してください。

はい、続いて、皆さんがより高い意識状態へ到達するために、皆さんよりもステージの高い人、瞑想修行の進んでいる人、徳のおありになる人、あるいは善の実践をなさっている人等々、皆さんより優れた人に対して、一人一人思い浮かべ、その人に対して心から称賛する訓練をしましょう。「聖称賛」の瞑想です。

これは皆さんを、より良い方向に、より素晴らしい方向へと導く瞑想の秘儀です。皆さ

んの親族、知人、友人、法友に対して、一人一人を思い浮かべ、そして、その素晴らしい点を心から称賛するようにしましょう。

◉聖無頓着の瞑想

はい、続いて「聖無頓着」。これはすべての現象において、例えば自分の思ったとおりいかないとか、あるいは自分にとって否定的な状態になるだとか、あるいは罵倒（ばとう）されるだとか、あるいは非難されるだとか、いろいろな現象に対して、これは自分自身が人間として持っていた悪業の顕現化にすぎないと。よって、カルマが落ちていることだからそれは素晴らしいことであると。そう認識し、そういうことに対して心を動かさないで、淡々と今なさなければならない、自分のできるベスト、例えば善を行なうだとか、徳を積むだとか、あるいは心を静めるだとか、ベストの修行を行なう。これこそが聖無頓着の真義です。ですから、いかなる現象に対しても心を動かすことなく、そして自分のなさなければならないことに向かって淡々と邁進（まいしん）する。そしてこれをなすならば、偉大な力が皆さんに宿るはずです。

では、皆さんの親族、友人、知人から受けたいろんな現象に対して、それを無頓着の修

行における課題であると考え、一つ一つ今までのことを思い出し、しっかりと観想し、とらわれないようにしてください。

はい、ではこの聖無頓着についてもう少し詳しく説明しましょう。

例えばわたしは、日々経行を四時間、そしてプラーナーヤーマをだいたい三十分から一時間行なうということを修行の目標としています。

しかし、例えば前回のスリランカや、今回のインド、これはまさに、それの実践ができない場である。わたしはそのときこう考える。今できる修行は何だろうかと。すると例えば、まあこれは、インドに関しては、信徒の皆さんにいかに奉仕し、そして、すべての真理勝者方と強い縁を結んでもらうかということがわたしの課題なわけですから、そこに没頭するしかない。あと、電車での時間はかなり長いですから、このときにできるだけ、例えば瞑想する。例えば、決意如意足を多く記憶修習したり、あるいはツァンダリーだとか、他の瞑想を行なう。

要するに、今できること、今できることを全力で行なう。つまり、これがわたしの、例えばカルマなんだ。そしてこれこそが、わたしの、例えば智慧を増大させたり、あるいは徳を増大させるただ一つの道であると、わたしはそう考えるわけです。

ところがもしこれがとらわれてしまうと、ああ、せっかくあそこまで修行が進んでいたのに、今は経行ができないだとか、あるいはプラーナーヤーマができないだとか引っかかってしまいます。

わたしたちは生きています。生きているということは、言い方を換えれば、カルマによって揺れ動いていると。特に大乗の修行の場合、多くの人たちに利益を与えるという、心における背景がありますから、これを根本とした場合、自己の修行というものは、なおざりにしなければならない状況が多々訪れます。

しかし、その場合、何をモットーとするか。今できること、その場でなければできないこと、あるいはその場でだったら、ここでだったらできるということ、そこに没頭する。そして、時を無駄にせず、できるだけ多くの時間を真理の実践に当てる。これこそが聖無頓着の修行なのです。

ですから皆さんには、この慈愛、聖哀れみ、聖称賛、そして聖無頓着の瞑想を、まず瞑想から始め、そして具体的に言葉や、あるいは行動へと移すようにしてください。

第二十一話　五大エレメントの瞑想法

九一年十月十日

この地は、サキャ神賢が沐浴なさった場所です。この前はサキャ神賢が水元素のイニシエーションをなさったところです。ここで一つね、皆さんに簡単な瞑想法のお話をしたいと思います。

これは、ヨーガ的にも、あるいは仏教的にも、初歩的な瞑想の中に五大エレメントの瞑想法というのがあります。

これはどういうことかというと、地元素については大地をじっと見つめる。で、その大地の硬さとか、あるいは土一粒一粒とか、それを瞑想課題として瞑想する。そしてそれは、結局自分の個体成分、肉体の個体成分を形成しているんだという方向へもっていく。

第二番目の水元素の瞑想については、このようなミラクル・ポンド等をじっと見つめながら、水の柔らかさとか、あるいは波立ちとか、あるいは冷たさとか、そういうものについて瞑想する。で、それを、結局自分の血液成分にもっていく。

次に火元素については、ろうそく、ろうそくを立ててそのろうそくをじっと見つめる。そしてその炎、つまり火元素が自分自身の体温を形成しているんだという方向へもっていく。

この風元素は、次は空中を見つめる。そして、これは訓練が進んでくると、一つ一つのプラーナが見えるわけですが、そのプラーナをじっと見るように訓練する。そして、そのプラーナの力によって自分の肉体が形成されているんだと、動いているんだということを認識する。

そして最終的には空間、これはまあだいたいアージュニァー・チァクラに集中して空間をじっと見つめるわけですが、その空間をじっと見つめる。そして、自分自身の本性が空（くう）であることを認識する。

これがインドの伝統的五大エレメントの瞑想法です。

ではいったい、これは何の利益がわたしたちにあるのかというと、これは要するに、わたしたちを粗雑な次元から微細な次元へ移行していくということが一つと、もう一つは、例えば火元素が弱っている場合、ろうそくを観想するだけで火元素が元に戻り、病が治るとかね。あるいは、水元素が例えば欠乏している場合、その水元素を観想するだけで水元

素の欠乏を補うと。例えば、このように暑いときに水を観想することによって、その暑さをしのぐとか。あるいは、逆に風（かぜ）が欲しいとき、風（かぜ）を、風（ふう）を瞑想することによって風（かぜ）が起こるとかね。そういう瞑想があります。

この場は、もちろんサキャ神賢が自分自身の身体を清められたところであると同時に、弟子たちに水元素のイニシエーションをなさったところです。

ですから、皆さんも現実生活において、例えば風呂場での水とか、あるいは電球の灯とか、あるいは、まあ大地、あるいはコンクリートの地とか、いろんな瞑想課題があるはずですから、その一つ一つを瞑想課題にして瞑想なさると五大エレメントは強化されます。いいですね。

はい、では終わりにしましょう。



第二十二話　欲六界のバルドーと転生、三管

九一年五月二十九日

◉究竟の瞑想について

まず、もし質問とかあれば受けたいけど。

(質問者A) 究竟の瞑想と、要するに空の体験になるんでしょうか、それと、前生のカルマを切るということの関連性みたいなものを、もしよろしければ。

(尊師) まず究竟の瞑想というのは、君たちも知っているとおり、自分の内側に何が根づいているかを見るための瞑想だよね。生起の瞑想というのは、自分たちの内側に根づかせるための瞑想だよね。例を挙げるならば、どういうことかというと、観察する瞑想イコール究竟の瞑想と。そして、データの入れ替えの瞑想イコール生起の瞑想というふうに分類することができる。ここまでいいかな、まず。

で、究竟の瞑想イコール自分の内側に何が存在しているかだから、それイコール、カルマを切る切らないとは関係がない。しかし、カルマを見極める材料にはなるよね。という

か、それ以外にカルマを見極める道はない。究竟のとき現われてくるものが、今自分自身に生起しているもの、自分自身の中に内在しているものを現わしているわけだから、当然来世の第一要因として登場する。

だから究竟で、しっかりと経験したものを土台として、それに見合った瞑想を続けていくならば、来世も変えることができるということがいえると思います。

じゃあ、究竟と空に関してはどういうことかというと、その究竟の瞑想において、いっさい、思念、思考が生起しなくなった状態、これが空だよね。ということです。いいかな、そこは。

◉地獄・動物・餓鬼の色

君たちも知ってのとおり、このサムサーラは六つの世界で構成されている。それは、地獄、動物、餓鬼、人間、そして憤怒天（ふんぬてん）、それから戯忘天（ぎぼうてん）の世界である。まあ、これにもう一つのサムサーラを加えるとするならば、神聖天を加えることができよう。しかし、この欲六界の創造に関係しているといわれている天界が神聖天であるから、一応これは加えないことにするべきであると考える。

まず、地獄のバルドーというものは、どういうバルドーかというと、これは、経典では煙色というふうに表現されているが、明らかにこれは黒である。そして、その黒の思念の集積、これが地獄の世界へといざなう結果となる。

では、その黒の思念とは何か。それは、一言でいうならば嫌悪である。では、なぜ嫌悪が黒なのか。これは、嫌悪によって自己を防御する。嫌悪によって、自分自身の世界を狭めていくという結果、結局、地獄イコール黒ということになる。つまり、要するに壁をつくるわけだね。つまり、思念の力によって壁をつくり、その思念の壁によって自分自身の自制力を失った状態、あるいは自分自身の行動の範囲を完全に制限されてしまった状態、これが地獄である。

では、動物とはどういう世界であろうか。これは、バルドーの色は緑である。そして、このバルドーの色が緑であるということは何を表わしているかというと、これは、調和、いい意味ではね。悪い意味では妥協を表わしている。

では、何に対する調和であり、何のための妥協なのかというと、これは自己保全を目的とする調和であり、自己保全を目的とする妥協である。そして、この自己保全を目的とする調和、自己保全を目的とする妥協は、心の中に曖昧(あいまい)さをどんどん生み出し、実体の認識、

これができなくなってしまう。そして、強いものに巻かれ、弱いものを食らうという習性が生起してくる。これが動物界への転生の因であり、そしてバルドーの光の意味合いである。

次は、餓鬼の世界である。餓鬼の世界は黄色である。黄色といっても、これはくすんだ黄色である。そして、このくすんだ黄色、これは何を意味しているかというと、完全に自己の物質的欲求、あるいは自己の何らかに対する欲求、貪りを表わしている。

そして、この集積の結果、結局、まあいろんな現象において貪りのデータだけを修習するがゆえに、最も満足のできない状態が心に生起してくる。そして、その満足できない状態の心の現われとして餓鬼の世界が登場するわけである。よって、この餓鬼の世界には物質がないわけではない。ただ、その物質で、その生命体が満足できないことを表わしている。

◉様々な種の人間の色

次は、人間の世界である。人間の世界には、例えば青緑、あるいは例えば、青黄色、例えば、そうだね、まあだいたいこの二つを中心として考えたらいいかもしれない。たまに

は純粋な青があるけどね。この青緑、あるいは青黄色というのは、その人間転生に際して純粋に愛著だけではなくて、貪りや、あるいは無智を含んでいることを表わしている。よって、人間の種というものは、一種類でないということを認識しなければならない。

そして、このもともとのブルーの意味合いというのは、愛著である。愛著とは何かというと、まず対象に対して喜びを生起させ、その喜びを記憶修習することによって離れられなくなった状態。というよりも、瞬間的に選択なしにそれをとってしまう状態。これが愛著である。

これは、こういうふうにたとえることができる。初めは、何か好感の持てるようなことが対象に対してね、起きる。で、その対象に対して起きる好感の持てるような状態が、次は好感が持てないようなことについても好感の持てるような状態であると錯覚認識するようになってくる。これは何かというと、心が愛著をしたがゆえに対象に対して認識を誤るというか、というよりも、その対象の認識を根本とするよりも対象そのものに対して愛著するという結果である。

それはちょうどどういうことかというと、例えばここにラーメン屋がある。で、そのラーメンが大変おいしいとしよう。そうすると、例えばそのラーメン屋の丼まで好きになって

しまうというのと同じである。そして、その象徴がブルーである。

　で、このブルーに例えば緑が加わったり、あるいは黄色が加わった場合、意味合いが変わってくる。例えば、ブルーに黄色が加わった場合は、その愛著に利益が絡んでいる。つまり、その恋愛は、例えばその人の物質欲を満足させたり、名誉を満足させたり、あるいは権力欲を満足させたりする場合、必ずブルーに黄色が交じると考えた方がよろしい。次に、その愛著が、その人の心の逃げによって生起する場合、必ずブルーに緑が絡んでくる。よって、そのブルーの要素はそのままにしていても、例えば緑の要素が消えた段階で、対象の変化が生じるわけである。

●憤怒、デーヴァの光

　次は、憤怒世界である。憤怒世界の光は、これは赤紫である。で、これは赤紫であるといいながらも多様の要素を含んでいる。だいたいにおいて、この憤怒世界へ転生する魂は、赤紫と、それから黄緑のバルドーを持っている。つまり、この憤怒世界が、純粋な赤、つまり嫉妬心や、あるいは智性を現わしているのではなく、そこには貪りや無智が含まれているということである。

もっと、深く突っ込んで、この憤怒世界の説明をするならば、真の憤怒世界の主、あるいは憤怒世界の上級の魂というものは、黄緑のバルドーがない。黄緑のバルドーがないとはどういうことかというと、純粋に智謀、力、あるいは徳を備えている。これが憤怒世界の形である。

ところが、憤怒世界へ転生するもう一つの魂は、そこに餓鬼のカルマや、あるいは動物のカルマを含んでいる。以前、オウム真理教で、黄緑イコール憤怒世界だといっていたのはそういう意味が込められているわけだね。つまり、憤怒世界には二つのタイプがいて、支配される側と支配する側がはっきりしているんだということ。そして、支配する側は完全に純粋に赤紫であり、支配される側は黄緑のパターンが多いということです。

次は、デーヴァである。デーヴァの本質は白である。そして、この世界は意図的無智を現わしていると一般的に経典にはいわれている。この意図的無智とはどういうことかというと、例えば、この世の中は無常であると。無常であることは理解していても、その無常の中でできるだけ多く、長く楽しみたい、あるいは、できるだけ多く、長く満足したいという心の働き、これが、デーヴァである。

よって、これは、明らかに自己保全の心を背景としているから、大変冷たい世界といわ

ざるを得ない。これは、仏典によくうたわれていることだが、例えば、デーヴァというものは、デーヴァ世界の一週間前に自己の死を悟る。典型的なデーヴァ世界というのは、当然忉利天であるから、それは七百年を表わす。つまり、七百年間、自分の死について考え、苦しまなければならない。

そして、デーヴァの世界から死滅するわけだから、絶対にデーヴァ世界以上には転生しない。つまり、他の五つのサムサーラへ転生するわけである。よって、そこには次に受ける生の苦しみ、これを記憶修習し続けなければならないということになる。

よって、このサムサーラの六つの世界、どの世界へ転生したとしても、わたしたちを幸福にしないわけである。いいかな。まず、ここまで質問を取りましょう。

◉憤怒天の赤紫

（質問者A）憤怒天の赤紫というのは、純粋な赤が智性だとすると、紫というのは人間の青が入っているんでしょうか。

（尊師）というよりは、執着だね。

（質問者A）執着の青が入っている。

（尊師）はい、そうです。
（質問者A）はい、わかりました。

●憤怒天の黄緑
（質問者B）憤怒天のところで黄緑と言われたと思うんですけども、黄緑をちょっと考えてみたんですけども、青と緑かなと思ったんですけども。
（尊師）黄緑という場合は、黄色と緑です。
（質問者B）あ、すみません。黄色と緑、黄色と緑となったら。
（尊師）動物と餓鬼だね。
（質問者B）動物と餓鬼の魂も、その要素を持っている魂も、上に上がるということですか。
（尊師）上がるというよりも、その要素を持っている魂がジャンプする世界ということだね。だから、だいたい落ちる場合は、まず赤紫から青緑になって、黄緑になって、緑になって、黒になって落ちます。憤怒世界の魂はね。

●デーヴァの意図的無智

（質問者C）デーヴァなんですけれども、デーヴァには六つの世界があるんですけども、この意図的無智というのは、どの世界にも当てはまるんでしょうか。

（尊師）はい、そうです。当てはまります。

（質問者C）第四天界も、そうなんでしょうか。

（尊師）当てはまります。もしね、第四天界で、まあある程度の慈悲の修行をしていながらだよ、愛欲というものを欲さなかったなら、第四天界へ転生しません。つまり、徳の還元の仕方が、まだ欲望なんです。いいかな。

はい次に、他にないですか。よし、なければ次に行きましょう。

●バルドーのコントロール

君たちがスムーズに転生するために。

君たちがスムーズに転生するためには、次の修行を行なうべきである。それは、精神集中、そして、自在に入り、自在に出るという修行である。この自在に入り、自在に出るとはどういうことか。

例えば、瞑想中によく寝る、あるいは瞑想テープを聴きながら寝るというパターンがあるわけだけども、もしこういう現象が起きるとするならば、その人の輪廻転生は不確定なものとなる。つまり、それは外的要因によって変化させられるからである。

ところが、もし精神集中をし続けられるだけし、あるいは教学だったら教学をし続けるだけし続け、決して変化がない。そして、逆に眠りに入ろうと思ったら眠りに入れる。あるいは、究竟に入ろうと思ったら究竟に入れる。こういう状態をなすならば、その人は自分の心によってすべてを支配したことになる。支配するということは、バルドーもそれによってコントロールできるということである。

よって、ポイントとなるのは、生起の瞑想、自分がなさなければならない瞑想のときにいかに集中し続けるかである。そして、その集中も、決して他の要因に影響を受けないで集中し続けるかである。

そして、集中し続けるだけ集中し続け、究竟に入るだけ入り、広がるだけ広がり、自在になるならば、死後気絶は存在しません。

質問はないかな、ここまでは。

◉生起と究竟の瞑想の得意な人

（質問者D）生起の瞑想が得意な人と、例えば究竟の瞑想が得意な人の違いみたいなものは、特に存在するんですか。

（尊師）緊張させることの得意な人、あるいは意識がはっきりしていれば、生起の瞑想が得意といえる。次は、そうだね、意識の広がり、つまり心の広がりの大きい人は究竟が得意といえると思います。

それはどういうことかというと、スペシャリストタイプは、生起の瞑想が得意である。それから、パブリッシャータイプは、究竟の瞑想が得意である。つまり、スペシャリストというのは、ある専門について徹底的に研究し続ける、そういう機根の持ち主は生起の瞑想が得意である。究竟の瞑想というのは、いろんなことを一気にワーッと行なうことのできる人ね。こういう人は究竟の瞑想が得意であるといえます。

他にないか。なければ次にいくぞ。

◉三つの気道

次は、身体のナーディーについて少し話をしましょう。まず、背中には三つの管がある。

これは、イダー、ピンガラ、スシュムナーである。これは、OKだね。そして、この三つの気道のだいたいは、右の気道か左の気道に入っている、プラーナは。で、このときには無智になったり、あるいは邪悪な心を生起させたりしています。それが中央管に入ると、執着、つまり精神集中のできる状態が生起してきます。

そして、精神集中ができる状態が生起し、スシュムナーをエネルギーがどんどん上がるようになり、サハスラーラ・チァクラの崩壊が始まると、そこから三つの管の浄化が始まります。それは、前面の気道、それから前面から三分の二の所の気道、それから真ん中の気道です。

それと同時に、次は左の気道の浄化が始まります。左の気道は、左のムーラダーラからスタートして、左の気道を上がり、そして中央の管に入ります。

そして、右の気道は、右のムーラダーラからスタートして、垂直に上昇し、そして、この耳のところを通過して、この目線から、アージュニァー・チァクラから前面の気道へ落ちます。で、そのサハスラーラの崩壊と同時に、中央管がどんどん浄化されるということになるわけだね。

この三つの管の意味合いというのは、左の気道は完全に無智、無明（むみょう）、迷妄を崩壊させせま

す。これによって叡智（えいち）が生じます。で、中央管の完全なる崩壊によって愛著が完全に止滅します。よって、自由がそこで完全に生じます。それから、右の気道の完全なる崩壊によって邪悪心が止滅します。邪悪心が止滅することによって完全なる至福が得られます。以上だ。

（質問者E）すいませんが、左の気道、右の気道、それぞれがムーラダーラからスタートして以降がちょっと聞き取れなかったんですけれども。

（尊師）左の気道は、左のムーラダーラから上昇して中央管に入るわけだね。で、右の気道は、右のムーラダーラからスタートして、この眉間のとこを通ってアージュニァーのとこから前に落ちるわけだけど、中央管は、中央の気道を真っすぐ上がり、ということだよね。実際は、中央管は真っすぐ上がり、この三分の二気道のところで落ちるという、まあ特殊なツァンダリーがあるんだけど、それをなすことによって完全に自由になる。

（質問者E）中央管からいって三分の一気道。

（尊師）正確な言い方をすれば、四分の一といった方がいいのかもしれない。アージュニァーと中央管の真ん中だから。ここに一つ気道があるんです。で、これをチベット密教的な表

現を使うならば、三分の一の気道をブラフマンの気道といっています。そして、この中央管をマハー・ムドラーの気道といっています。だから、絶対自由、あるいは絶対幸福、あるいは絶対的な叡智というのは、この三管の象徴なんですね。

はい、ここまで質問を受けましょう。

●最終のステージの話

わたしは君たちに〝猫に小判〟の説法をしているかもしれない。それはどういうことかというと、今わたしがこうやって法を説いているのは、君たちに法を説いているだけではなくて、ビデオに法を説いているんだね。というのは、法を残しておかないとまずいから。だから、君たちの中で理解できない人がほとんどだろうけど、それはあまり気にする必要はない。これは、最終のステージの話をしているんです。

（質問者F）前面の気道には、名前は特にないんでしょうか。

（尊師）前面の気道はチァクラでしょ。

（質問者F）チァクラの気道。

（尊師）違う違う。つまり、完全にチァクラの解放が起きるわけだよね。邪悪心の解放に

よってチャクラの解放が起きるんです、完全な。

（質問者E）ツァンダリーをやっていて、観想では中央を通っても、その人のカルマによって感覚は中央を通らない場合は、それは要するに、自分は前なんだと思ってその経験と観想を合わせる……。

（尊師）そうだね。というよりも、そういうときは観想よりも経験の方が優位です。だから、君の言うとおり、前なんだと考えるべきです。

（質問者E）わかりました。

◉右の気道と邪悪心

よって、君たちは行（ぎょう）というものを大切に考えているかもしれないけど、心のプロセスが大切になってくるんだね。例えば、先程言ったとおり、もし完全に愛著を止滅するならば、その気道というものは完全に解放されます。もし完全に迷妄を止滅するならば、迷妄の気道は解放されます。もし完全に邪悪な心を止滅するならば、邪悪の気道は完全に解放されます。

じゃあ、例えば例を挙げましょう。ムーラダーラの邪悪な心、これは何ですか。これは

嫌悪であり、殺生だね。でしょ。
じゃあ、スヴァディスターナの邪悪な心は？　これは異性を取られる取られないという、これは嫉妬心でしょ。
じゃあ、マニプーラの邪悪な心は何ですか。何ですか。さあ、頑張って。そうだね、まあ独占、そういう食物とかいろんなものに対する独占。それだけじゃなくて、やっぱりそれにおける排斥、こういうものが加わってくるわけね。あるいは、学問・才能に対して、それを他のために使うのではなくて、自分の邪悪な心を完成させるために使うとか、こういうものがマニプーラの引っかかりになるでしょう。
じゃあ、次はアナハタは何ですか。それは、純粋に愛著ではなくて、ね、いろんな利益と絡んでいる愛著、あるいは純粋に愛著ではなくて、そうだね、利益とまではいかないけども下心が完全にある愛著。こういうものが右の気道のアナハタだよね。
じゃあ、ヴィシュッダはどうかな。もう、これは簡単だよね。悪口がそうでしょ。両舌がそうでしょ。
じゃあ、アージュニァーはどうかな。現世の願望が衆生を利さない願望、衆生を害する願望、これは愛著だよね。OKだね。

こういう心の生起、心の感情の生起を放棄する。ね。とらわれないと、この右の気道は浄化されるんです。ところが、一生懸命修行やってても、こういう感情を絶えず記憶修習していたら決して解放されません。いいかな。

◉左の気道と迷妄

じゃあ次は、左の気道のムーラダーラは何かな。迷妄なるがゆえに、本来敵でないものを敵と考え、味方でないものを味方と考える心。でしょ。

じゃあ、次はスヴァディスターナはどうかな。本来自己に利益を与えないものに対して、ね、それを与えるものと考え、利益を与えるものに対して与えないものと考える。ね。

マニプーラはどうかな。本来自己の利益にならない学問に対して、それを利益になると考え、あるいは、本来自己の体を害する食べ物に対して、それを害さないと考える。ね。

じゃあ、四番目のアナハタはどうかな。自分自身をどんどんどんどん迷妄の深みに入れていくものに対して愛著し、自分自身を、迷妄から解放するものに対して愛著しない。喉はどうかな。これは、嘘だよね。あと綺語だよね。

じゃあ、アージュニァー・チァクラはどうかな。漠然と、情報によって願望を成就した

いと考える心の働き。これは、迷妄だよね。

◉中央の気道と愛著

では、次は愛著。ムーラダーラの愛著は何だ。もう、本来カルマが完全に終わりに近づいている、あるいは終わっているにかかわらず、それを記憶修習し続ける。嫌悪を記憶修習し続ける。これがムーラダーラの愛著だよね。

では、次はスヴァディスターナの愛著は。性的快楽を貪り続ける。これが、スヴァディスターナの愛著だよね。

マニプーラの愛著は。これは、学問を貪り、あるいは食い物をもう体を害するまで貪ってしまう。

じゃあ、アナハタの愛著は。対象の認識をしっかりしないで、愛著し続ける。それによって、心がその対象と一致した状態になる。

では、喉の愛著はどうだ。これは、おべっかなどがその典型だよね。相手によく思われたいと考える心の働きからである。

じゃあ、アージュニァーの愛著は。願望の成就が、無常である、無常であるにかかわら

ず、それを無常と見ないところから生起する状態。これがアージュニァーの愛著です。

はい、ではここまで質問を受けましょう。

◉記憶修習と本人の努力

(質問者G) 最後の心のプロセスが大切という項目なんですが、以上の感情をなくしていけば、あらゆる、いろいろな気道が浄化されるという中で、具体的にこの記憶修習以外に、実際にこういう感情が出てきた場合に、それに行動が左右されないような行動を、その本人が努力してとっていくことによって浄化されると考えてよろしいんでしょうか。

(尊師) それはされます。はい。それだけじゃなくて、逆の言い方をすれば、行動を放っておいてね、初めつらいから、その部分の経典を探して記憶修習する。そしてしっかりと考える。それだけでも落ちていきます。そのうちに鎮まります、それは。

(質問者G) はい、わかりました。

◉ブラフマンの気道の浄化

(質問者H) ちょっと一つ前なんですが、三分の一ブラフマンの気道、これを浄化するルー

トというのはどこにあるんでしょうか。

（尊師）そのブラフマンの気道を浄化するのは、二つの道があるんだね。一つは、アージュニァーから上がっていって、ブラフマンに入っていく道。だから、これは邪悪心の完全な浄化の後、上がっていく道です。それからもう一つは、中央管が完全に浄化された後に浄化される道があります。つまり、ツァンダリーで、この三分の一の気道が浄化される場合があるんですよ。いいかな。

●スペシャリストからパブリッシャーへ

（質問者Ｉ）先程、生起が得意な人はスペシャリストタイプで、究竟が得意な人はパブリッシャータイプと言われましたが、各々自分がどういうタイプであるというのは、自分でまあ知ってるかもしれないんですけども。

（尊師）これは、原則としてね、必ずスペシャリストからパブリッシャーへ移行します。わたしの言っている道は、そういうことです。つまり、スペシャリストになれなくてパブリッシャーになれないということだ。つまり、一点から広がっていくわけだから、その一点に対して集中もできないで全体に広がりはできないでしょ。

（質問者Ｉ）初め、生起は一点集中ということで、まあスペシャリストを完成した場合に、それからパブリッシャーの方へ移っていくということでしょうか。

（尊師）そうです。そのとおりだ。

（質問者Ｉ）深く広くなるということですね。

（尊師）そうです。浅く広くは瞑想にはなりません、それは。

◉愛著の恐さ

（質問者Ｊ）愛著のところでラーメン屋の例を出されたんですけど、ラーメンがいいだけにもかかわらず、丼まで食べてしまうと……。

（尊師）ああ、愛著しちゃうと。うん。

（質問者Ｊ）女性なんかの例から見て感じることは、例えばいい部分と悪い部分があったとき、悪い部分も好きになってしまうようなところがあるみたいなんですね。例えば、悪い部分が主題になっているときも、いい部分の記憶が一緒に連動してパーッと出てきてしまうからこうなってしまうのか、もしくは他の原因があるのか。要するに、分別がついていないというか、分別されていない理由というのは何でしょうか。

（尊師）それは、例えば愛著というのはね、自分がこう思いたいという方向があるんだよ。で、その、こう思いたいという方向があるから、確定していない要素に対して丸をつけていくわけだ。つまり完全に確定されていたら、こう思いたくとも思えないよね。

例えば例を挙げるならば、この人は、その異性に対して英語ができることをおつきあいする条件にしていたとしようじゃないか、例えば。すると、その人が英語ができないとしたらその人は除外されるでしょ、例えば他の要素がいいとしても。ところが、英語ができるできないを検討材料に入れていないとするならば、他の要素の付加的な要素としてそれはクリアされるわけだよね。愛著というのはそういう性質があるんです。

だから、例えば今Jがラーメン屋の例で理解できないと言ったけど、わたしはいろんな人たちを指導してきて、特にOLが、これはTとか経験があるかもしれないけど、例えば素敵な店に行くと。で、そこの店のお皿をもらってくるとか、あるいは灰皿をもらってくるとか、何か商品をもらってくるとかして喜ぶというのがあると思うんだけどね。

（質問者J）それはあると思います。

（尊師）それは結局、女性の例でいうよりもラーメンの例の方がわかりやすいから言わせてもらうけど、例えば丼（どんぶり）も好みの丼があったとしよう。だとしたら絶対に、ラーメン屋の

その丼が好みと合わなかったら、それをとろうとしないと思うんだよ。好みであるというふうに認識しないと思うんだね。ところが、その丼に対してあんまり頓着していなかったら、やっぱり、ラーメンがおいしい、イコールそこの丼もなんかよく見えるということになるわけだよね。

だから、女性の場合も同じで、要するに確定している要素が多ければ多いほど、愛著はしづらい。ただ、はまってしまえば深くなるけどね。確定している要素が少なければ少ないほど、その変化は激しいね。例えば例を挙げるならば、ただ寂しささえ紛らわせてくれればいいやという印象があったとしよう、ね。そうすると、その異性に対してその部分だけを求める。そうすると、他の要素はどうでもいいから、すべてをよく見ようと努力しているからよく見えてくると、系統的に。

ところがそうではなくて、一生の例えば伴侶として、しかもこうこうこういう条件を備えていなければならないと百項目くらいの条件があったとして、それを満たさなければ嫌なんだといって絶えず記憶修習して考えていたら、その百項目を押さえた上で、その他の曖昧な部分については流されていくという形になるはずだね、それは。いいかな。

（質問者Ｊ）はい。最初の質問と部分的に重なるかもしれないですが、自分が求めていた

条件を満たした場合、それ以外の部分に関しては肯定的に見ようとする心の働きが愛著だと言われていましたけど、それ以外の部分を肯定的に見ようとする心の働きの原因は何なんでしょう。

(尊師) それは、幸福になりたいと考えているからだよ。で、自分の外側に幸福があるんだと錯覚を起こしているからそのように見ようとするんです。

(質問者J) なんかそういう部分、いい部分はたくさんあった方がいい……。

(尊師) というよりも、そう思い込んだ方が幸福になれると錯覚を起こしているわけです。

(質問者J) 早く幸福になりたいというか。

(尊師) 早く幸福になりたいというよりも、いや、本当はその方が苦なんです。楽だと思い込んでしまっているんです。で、その場合の難しさは、一回そこまではまってしまうとあとは底なし沼だから、本当にそこでもがき苦しむまでは気づかない、一般には。だから、わたしは迷妄、それから邪悪心、それから愛著の中で一番恐いのはやっぱり愛著だと思うね。愛著を止滅したら、かなりの部分がクリアになっていくと思います。

他にないか、質問は。

◉他の要因による迷妄

（質問者K）今日の話とちょっと違うかもしれないんですけども、ちょっとお聞きしておきたい点があったんでお願いします。ラーメンの例にたとえたとしたならば、以前ラーメンを食べたことがない人が全然おいしいと思わなかったとしてですね、突然好きになったというときが……。

（尊師）ありません、それは。それは、ありません。決してありません、それは。それは、絶対に起こり得ないことです。つまり、君の言いたいのは、経験が全く根づいてなくて、一回目ラーメン食べて、そのラーメンがおいしくないと考えてたと。

（質問者K）あ、すいません。ちょっとわたしの言い方が間違って……。

（尊師）今の言い方だとそうだよね。

（質問者K）ええ、すいません。もう一度言い直します。一回も食べたことのない人がラーメンを食べておいしいと思ったとしたときに、どうしてそう思うのかがちょっとよくわからないんですけども。

（尊師）それは過去世の経験ですよ。

（質問者K）過去世の経験なんですか。

（尊師）はい。あるいは、今生での記憶修習です。それについて、わたしはコカコーラの例を挙げたことがあるんだけどね。実は、わたしはコカコーラというのは宣伝では聞いていたけど、実際に一回目飲んだとき、何ていうかな、炭酸が強すぎて、何でこんなの飲むんだろうと思ったんだよ。ところが、コカコーラがどんどん宣伝されていて二回目飲んだとき、ちょっとおいしいなと。三回目飲んだときおいしいなと。四回目、五回目、六回目と、もう一リットルボトルね、一気に飲んでしまうというか、そう徐々になっていったわけだよね。

これはまさに、そのコマーシャルの効果、記憶修習によって、味覚の対象と味覚とがあって、その対象は変化しないのに味覚がどんどん迷妄に入っていったプロセスです。これは、明らかに他の要因によって記憶修習させられたことによって迷妄が起きたんだと思います。

（質問者K）わかりました。ありがとうございました。



第二十三話　三つの修行の形態と形状界　九一年五月三十日

◉三つの修行の形態

君たちがなさなければならない、三つの修行の形態がある。そして、この三つの修行の形態を達成するならば、君たちは三つのボーディサットヴァとして生まれ変わり、最終的には如来（にょらい）に到達するだろう。

では、その三つとは何であろうか。まず第一は、無智の修行である。第二は、熱エネルギーを完全に昇華する修行である。第三は、すべてのとらわれを取り払う修行である。

では、この第一の無智の修行とは何であろうか。これは、グルに対して絶対の浄心を持ち、グルに心を合わせ、そして自己の考えをいっさい捨断し、グルの意思どおりに自分自身の心を合わせていくという修行である。

これはなぜかというと、わたしたちが過去世から培ってきた迷妄、この迷妄によって、わたしたちの行動というものは規定されているわけだが、その迷妄を捨断するためには、

完全に最上の智慧に到達しているグルに心を合わせ、グルと同じ、グルの意思に沿った行動を行なうことこそが、左の気道を浄化するただ一つの道だからである。よって、グルの存在なしには、この左の気道は浄化されないといわれている。

第二の道は、右の気道である。この右の気道は、本質的には熱エネルギーである。そして、これはもう昨日も述べたとおり、邪悪な心を表わしている。よって、例えば経行の修行、あるいはプラーナーヤーマの修行、あるいはムドラーの修行等、エネルギーをとにかく使い、そのエネルギーを昇華する方法の修行に徹するならば、この右の気道は浄化される。そして、左の気道が浄化されたならば、最高の叡智に到達することができる。右の気道が浄化されたならば、最高のパワーを得ることができる。

では、中央の気道を浄化するにはどのような方法があるであろうか。これは、記憶修習、記憶実践である。そして、自分たちが日ごろ培っている愛情、あるいは楽しみ、その他が幻影であることをしっかりと記憶修習、記憶実践によって気づき、まず愛の実践に入る。愛の実践が自分のものになりつつあるとき、その人の意識は神聖天へと移行する。次に、哀れみの実践に入る。哀れみの実践が、その人のものになりつつあるときには、光音天（こうおんてん）へと意識は移行する。次に、称賛の実践に入る。称賛の実践がその人のものになろうとして

いるとき、その人の意識は総美天へと移行する。最後に、そういういっさいのものを、完全に頓着しない記憶修習、記憶実践に入る。そのとき、その人の意識は広果天へと移行し、広果天から色究竟天へと移行する。

そして、これらの三つの気道を完全に浄化した後、その人の意識は、心の本性へと到達し、そして、マハー・ムドラーの門が開ける。

◉マハー・ムドラーの四つの段階

では次に、マハー・ムドラーには、どういう段階があるのであろうか。これは、四つの段階がある。第一の段階は、空無辺の境地である。空無辺の境地とは、その人の心の広がりが無辺である。これは、左、右、前、後ろ、上、下、すべてにおいて無辺であるという心の状態が現われてくる。これが、第一のマハー・ムドラーの成就の境地である。

第二番目のマハー・ムドラーの成就の境地は、識別無辺の状態である。この識別無辺とはどういう状態かというと、その多くの心の広がりに対して、いっさいを知る智慧が生じてくる。要するに、これは他心通の流れに属しているわけだけども、例えば、対象となるものがアメリカにいようと、あるいはこの世界にいまいと、この心の状態を瞬時に識別す

ることができる。これが、識別無辺の境地である。
マハー・ムドラーの第三段階の境地は、無所有の境地である。これは、肉体を含めて感覚を含めて、いっさい自分たちの所有しているものが、自己のものではないという経験を始める。
その次の第四番目のステージは、非認知非非認知のステージである。この非認知非非認知のステージはどういうことかというと、実体がないととらえるのではなく、あるいはあるととらえるのではなく、すべては自然にそこに存在していると。そして、そのすべての事象が、自然に存在しているものと自己との間に、区別があるでもない、ないでもない状態が生じる。これが、非認知非非認知のマハー・ムドラーの第四番目の境地である。
そして、最後の境地、これはマハー・ムドラーではない。マハー・ムドラーの完成、いや、すべての完成ということができるが、経験の止滅が生じてくる。これは、過去になしたいろいろな苦と楽の経験が、完全に止滅する状態である。これが修行の初めであり、すべてである。
では、これに至るための、まず人間界の修行について簡単に触れよう。これは、君たちもよく知ってのとおり、七科三十七道品（しちかさんじゅうしちどうほん）である。

では、天の修行とは何であろうか。これは、何をもって善法を増大させ、何をもって悪法を減少させるか。この一つのポイントに限られている。なぜならば、天というものは、功徳の消耗の激しい空間だからである。

つまり、天は欲楽の世界である。この欲楽の世界で、その天より上に上がっていくためには、善法を増大させ、悪法を減少させる以外にない。よって、すべての現象に対して、これは善法を増大させるのか、あるいはこれは悪法を増大させるのかの認識をしっかり持ち、善法を増大させるものをよしとし、悪法を増大させるものを悪しとする。

◉天の修行

例えば、例を挙げよう。ここに、ある人が空腹でいた。この人は、一日一食（いちじき）の戒を守っていた。しかし、その日は本当に少ししか托鉢（たくはつ）することができず、食べられなかった。その人のおなかは大変空腹になった、ね。そして、しかし、わたしは一日一食と決めたんだから、これを実践しようと考えた。

そして、街をふらふら歩いた、ね。そこで、法友に会った。

「いや、友よ」。

「どうしたんだ」と。
「いや、実は今日、一日一食の戒を守ってつらい思いをしているんだよ」と。
「なぜだ」と。
「実は、今日の托鉢で、わたしは少しの食しか得ることができなかったんだ」と。
「そうか」と。
「じゃあ、わたしは今日たくさん食を得たから、分けてあげよう」と。
「いや、わたしは一日一食の、今修行を徹底しようとしてるからこれに耐えることにしているんだ」と、ね。
そして、彼は耐えた。
そして、歩き続けた。そして、空腹の度合は、もっともっと増大した。一軒の店屋の前にふと通りかかった。そこに、ちょうどブドウが置いてあった。人はだれもいない。彼はそれを取って食べてしまった。
もし、彼が友の誘いに乗って食を食べていたならば、そのブドウは食べなかっただろう。つまり、どちらの方が悪業であったかという問題である。要するに天のポイントは、いかにその欲望を満足させながら、あるいは欲望を捨断しながら善法を増大させ、悪法を減少

させるかである。これが、天の修行である。
そして、実は、この善法増大、悪法減少の真の意味、ここにタントラの奥儀が隠されているんだということを、今日のまず、第一回目の講話として質問を取りたいと思う。

（質問者B）広果天から色究竟天へというのは、広果天の次が色究竟天と考えていいんですか。それとも何段階かまだあるんですか。
（尊師）あります。
（質問者B）わかりました。

（質問者C）マハー・ムドラーの四つの段階というのは、一つ一つクリアしていくんですか。それとも、同時という場合もあるんですか。
（尊師）それは不可能です。
（質問者C）不可能ですか。
（尊師）はい。最初は、空無辺境から入ります。
（質問者C）で、いったん入って、それから器を広げてというふうになるんでしょうか。

（尊師）はい、そうです。
（質問者D）マハー・ムドラーには四つの段階があるというふうにお聞きしましたが、オウム真理教のマハー・ムドラーの成就によって、この一、二、三、四の段階のいずれかが経験できるということでしょうか。
（尊師）まず、空の中に没入した段階をマハー・ムドラーの成就といっているよね。
（質問者D）はい。

◉四無量心の順番

（質問者E）四無量心は、「愛」「哀れみ」「称賛」「無頓着」の順番でなければ完成できないということなんでしょうか。
（尊師）というか、例えばね、愛とはどういうことかというと、すべての魂の幸福を願う心ということができるわけだよね。それとだよ、例えば、自分自身に苦しみがあるのに、相手に対して哀れみを生じさせる心とは、どちらが楽だと思うか。
（質問者E）すべての魂の幸福を願う方が楽です。

（尊師）だよね。だから、愛から先に来ているんです。
（質問者E）やはり順々じゃないと。
（尊師）順々の方が瞑想はしやすい。
（質問者E）要するに、難易度の順に並んでいるという。
（尊師）わたしはそう考えています。
（質問者E）はい、了解しました。
（尊師）例えばね、哀れみというのはどういうことかというと、自分自身は高い世界へ行けるんだけど、わざわざ低い世界に存在して、そしてすべての衆生を利してあげようと。これは哀れみです。わかるかな。例えば、君たちが修行を進めてくると三つの性質に到達する。三つの性質とは何かというと、一つは卑屈、一つは闘争、つまり同じであると考える心、もう一つはわたしは優れているんだと考える三つの性質がある。これはOKだね。じゃあ、その三つの性質に到達した者がだよ、称賛しやすいと思うか、しづらいと思うか。
（サマナ）しづらい。
（尊師）でしょ。だから、第三番目の称賛は、哀れみの上に来ているんです。つまり、修行を進めてくれば進めてくるほど、その世界においてリーダーになっていくよね、智性は

向上し、でしょ。そこで、他を称賛するということはどういうことかというと、その三つの性質を克服したことになるわけだよね。あるいは、克服する修行を達成しつつあることになるわけだよね。

また、もっと別な言い方をすれば、人間というのはね、自分より劣った者に対して哀れみを垂れることは簡単なんだよ。特に女性の場合、その性質が強い。だから、女性の場合ステージを上げて落ちるのは、だいたいその哀れみによって落ちます。もちろん、これは煩悩の絡んでいる哀れみだけどね。支配欲求が出てくるわけだ。これも、一種の哀れみです。

つまり、何かの目的があって、その目的のために、例えば奉仕をするということはできるよね。どうかな。例えば、お金のために奉仕をするということはできるよね。どうかな。例えば、異性を縛りつけるために奉仕をするということはできるよね。どうかな。例えば、名誉を得るために奉仕をするということはできるよね。どうかな。あるいは、地位をキープするために奉仕をするということはできるよね。どうかな。わかるよね、言っていることは。あるいは、食い物をもらうために奉仕をするということはできるよね。どうかな。

しかし、自分自身のステージがどんどん上がってきてね、他の人より抜きん出たと。そ

の段階で果たして奉仕ができるだろうか。どうだ、君たち。慢が出た段階で奉仕ができると思うか。じゃあ、例えば、その人が絶えず称賛の瞑想を行なっていたら、奉仕はできると思うか。どうだ。ということなんだよ。この称賛というのは、ただひたすら器を広げる道の一つなんだね。

じゃあ、次にだ、第四段階の無頓着はどうだ。これは、もっと難しいよね。例えば、称賛をする、愛の実践を行なう、哀れみの実践を行なう、これはすべて自分自身が幸福になりたいからだろ。どうだ。ところが、カルマというのは、無始の過去からの蓄積によって、ポッポッと例えば、ね、遠い過去のカルマが現象化したり、あるいは近い生のカルマが現象化したりするよね。どうかな。そこで、例えば、その今現われている現象に対して無頓着でいるということは、どれほど大変なことだかわかるんじゃないか。どうだ。

例えば、例を挙げるならば、自分の培ったもの、これをぶっ壊して、ね、例えばシャクティーパットを行なう。これは、無頓着の修行でもあるんだね。その人がどうとらえるかによって違ってくるわけだけど。

少なくとも、わたしのなした修行は、愛、哀れみ、そして無頓着と。この三つの絡んだ修行がシャクティーパットであった。あるいはイニシエーションであった。わかるかな。

だれだって、修行したらいい状態で安定したいと思うよね。どうかな。例えば、こうやって君たちに法を説くということは、わたしのエネルギー状態は劣化すると思うか、それとも上等になると思うか。
（サマナ）劣化します。
（尊師）劣化するよね、瞬間的には。しかし、それは無頓着という点から考えたら劣化に当たらないんだよ。つまり、どういうことかというと、エネルギーからも、最後は解放されなければならないわけだから。でしょ。だから、言い方を換えれば、エネルギーから解放される状態、これが無頓着であると、ね。

◉どの修行をなすべきか

じゃあ、もっと別の言い方をしましょう。これは大変複雑、大変崇高だから、君たちは理解しづらいかもしれない。まず、わたしたちの性欲、愛情というものを司っているのは何ですか、元素は。
（サマナ）水元素。
（尊師）水元素、そうだね。じゃあ、水元素から解放された段階で何が生じますか。愛情

を超越した状態は何が生じますか。愛が生じるよね。そのとおりだ。
では、次に、闘争。闘争を司っているのは、元素は何ですか。どうかな。ん、闘争だよ。例えば、走るときに何のエネルギーが使われると思いますか、君たちは。競争するときに。例えば、嫉妬のときに何の元素が使われると思うか。火元素だね。じゃあ、そういうものから超越をして、ね、つまり自己の優位性から超越をして、哀れみの状態に入るというのは、何元素からの解放になるかな。火元素だね。
じゃあ、次は神変（しんぺん）を現わすことを含めて、慢の状態を形成しているのは何かな。至福の状態を形成しているのは何かな。どうですか。風元素だよね。じゃあ、その状態から解放されるということはどういうことかな。つまり、自己の慢の状態から解放されるということは。もう、これはひたすら称賛の瞑想だよね。つまり、風元素からの解放、イコール称賛の成就だということになるよね。
じゃあ、絶対的な自由とか幸福とか歓喜というのは、何によって生起するのかな。空に没入した状態だよね、これは。どうかな。わかりますか。じゃあ、その状態を放棄するということは。空間の制約からの解放になるよね、ということだ。
いいかな。結局そうすると、自分自身がどこで引っかかっているかよく認識しなさい。

そして、何の修行をなしたらいいか、よく考えなさい。いいね。他に質問はないか。

●出離・非邪悪心・非残酷の思惟

（質問者F）尊師、八つの聖なる道に関して、ちょっとわからなくなったんで教えていただきたいんですが、出離の思惟、非邪悪心の思惟、非残酷の思惟と書いてあるんですけれども、出離の思惟というのは、おそらく貪りを脱出すること？

（尊師）ではないです。出離というのは愛著からの脱出です。

（質問者F）愛著からの脱出。

（尊師）はい、そうです。

（質問者F）非邪悪心の思惟とは。

（尊師）だから、非邪悪心の思惟というのは、右の気道からの脱出です。

（質問者F）非残酷の思惟というのは。

（尊師）非残酷の思惟というのは邪悪心が現象化した状態からの思惟です。

（質問者F）邪悪心が現象化した状態。

（尊師）した状態を脱出する思惟です。例えばどういうことかというと、邪悪心というの

は、あの人を傷つけたいという心の現われ。それをなさない瞑想と。わかるね。残酷というのは、それを実際に行為として行なう、あるいはイメージとして行なう。

(質問者F) つまり、心の働きか、あと口、あるいは身の働きかの違いっていう。

(導師) ではない。例えば、邪悪心というのは、あの人嫌い。これが邪悪心だよ。あの人大っ嫌い。これは邪悪心だ。いいか。ところが、それが今度は現象化して、アストラルでも何でもいいから殴ったり、蹴ったりするとか、殺してしまうとか、そういうのが結局、残酷の思惟になるわけだね。それをなさない思惟ということだ。

(質問者F) わかりました。ありがとうございました。

申し訳ございません、あと二点あります。以前、北伝の段階というのは、七科三十七道品の段階というのはお聞きしたんですけれども、南伝の段階というのは、「四つの記憶修習述が修習され円満になり、二正勤二正断が修習され円満になり、四つの如意の基礎が修習され円満になり」というふうになっているんですけれども、北伝では、確か四つの如意の基礎は最後に来るんですけど、南伝はここの位置にきている……。

(導師) いや、だから、それはあくまでも単にそういう羅列をしてあるだけで、意味がない、それは。

（質問者Ｆ）はい、わかりました。で、もう一つ最後なんですけれども、非神秘力と生存渇愛のところがあるんですけれども、非神秘力はなんとなくわかるんですが、生存渇愛に関して少し……。

（尊師）それは簡単だよ。生きたい生きたい、死にたくない。形をとどめたい。そういうことに対する欲求が生存渇愛です。

（質問者Ｆ）はい、わかりました。ありがとうございました。

※オウム真理教では、本来の意味を正確に表わしていない既製の仏教用語は用いず、パーリ語原典を忠実に翻訳し、吟味した結果、決定した訳語を使っています。以下に、代表的な言葉の対比表を掲げますので参照してください。また、仏教・ヨーガの言語対比表も参考までに掲載しました。

◆言語対比表

欲界→愛欲界
無間地獄→超期間激苦地獄
叫喚地獄→号叫激苦地獄
鉢特摩地獄→紅蓮華のような状態になる激苦地獄
阿修羅→不飲酒天
憤怒天→意識堕落天
戯忘天→戯れ堕落天
地居天→地上愛欲神天
四天王衆天→四大王天
持国天→堅固王国天
増長天→成長天
広目天→統治変化自在天空天
毘沙門天、多聞天→守庶民外傷天
夜叉→人食い鬼神
忉利天→三十三天
帝釈天→有能神
夜摩天→支配流転双生児天
閻魔王→支配流転双生児王
兜率天→除冷淡天
楽変化天、化楽天→創造満足天

他化自在天(たけじざいてん)→為他神以神通創造欲望満足(いたしんいじんつうそうぞうよくぼうまんぞく)
従事天(じゅうじてん)

悪魔(あくま)→破滅天(はめつてん)

色界(しきかい)→形状界(けいじょうかい)
梵天(ぼんてん)→神聖天(しんせいてん)
梵衆天(ぼんしゅうてん)→神聖衆愛欲神天(しんせいしゅうあいよくしんてん)
梵輔天(ぼんぽてん)→神聖臣天(しんせいしんてん)
大梵天(だいぼんてん)→大神聖天(だいしんせいてん)
浄天(じょうてん)→美天(びてん)
遍浄天(へんじょうてん)→総美愛欲本質神天(そうびあいよくほんしつしんてん)
広果天(こうかてん)→偉大果報愛欲本質神天(いだいかほうあいよくほんしつしんてん)
浄居天(じょうごてん)→清潔居住天(せいけつきょじゅうてん)
無煩天(むぼんてん)→超空間愛欲神天(ちょうくうかんあいよくしんてん)
無熱天(むねつてん)→超燃焼愛欲神天(ちょうねんしょうあいよくしんてん)

善現天(ぜんげんてん)→善安楽愛欲神天(ぜんあんらくあいよくしんてん)
善見天(ぜんけんてん)→善現象愛欲神天(ぜんげんしょうあいよくしんてん)
色究竟天(しきくぎょうてん)→超越童子愛欲本質神天(ちょうえつどうじあいよくほんしつしんてん)

無色界(むしきかい)→非形状界(ひけいじょうかい)
空無辺処(くうむへんしょ)→空間無辺境(くうかんむへんきょう)
識無辺処(しきむへんしょ)→識別無辺境(しきべつむへんきょう)
無所有処(むしょうしょ)→無所有境(むしょうきょう)
非想非非想処(ひそうひひそうしょ)→非認知非非認知境(ひにんちひひにんちきょう)

想受滅(そうじゅめつ)→認知経験滅尽(にんちけいけんめつじん)

須弥山(しゅみせん)→完全無欠山(かんぜんむけつざん)
東勝身洲(とうしょうしんしゅう)→東(ひがし)の高貴(こうき)なる身体(しんたい)を得(え)る大陸(たいりく)
南贍部洲(なんせんぶしゅう)、閻浮提(えんぶだい)→南(みなみ)のバラリンゴの大陸(たいりく)

西牛貨洲→西の願いがかなう牛の大陸
北倶盧洲→北の悪しき音の大陸
成劫→再生期
住劫→継続期
壊劫→還元期

釈迦牟尼→サキャ神賢
如来→真理勝者
応供→供養値魂
正等覚→最上正覚者
明行足→智徳成就者
善逝→最上善逝
世間解→世間解（変更なし）
無上士→無上士（変更なし）

調御丈夫→丈夫調御者
天人師→天人師（変更なし）
仏陀→覚者
世尊→世尊（変更なし）

菩薩→到達真智運命魂
比丘→向煩悩滅尽多学男
比丘尼→向煩悩滅尽多学女
優婆塞→帰依信男
優婆夷→帰依信女
僧伽→出家教団
長老→高弟
声聞→多学の弟子
沙門→出家修行者
沙弥→少年出家者

遊行者→托鉢修行者
バラモン→祭司
クシャトリヤ→武人
ヴァイシャ→庶民
シュードラ→奴隷

四双八輩→四対の人々-八つの宗教的特性を持つ人々
預流→真理の流れに入ること
一来→(愛欲界に)一度だけ再生すること
不還→不還（変更なし）
阿羅漢→供養値魂
四預流支→四つの真理の流れに入る段階

四聖諦→四つの絶対的真理
苦聖諦→苦しみの絶対的真理
集聖諦→苦しみの生起の絶対的真理
滅聖諦→苦しみの滅尽の絶対的真理
道聖諦→苦しみの滅尽に至る方法の絶対的真理

四念処→四つの記憶修習述

四正断、四正勤→四つの正しい努力

四如意足→四つの如意の基礎
欲如意足→決意如意の基礎
精進如意足→精進如意の基礎
心如意足→思念如意の基礎

観如意足→観慧如意の基礎

五根→五つの潜在性
信根→信の潜在性
精進根→精進の潜在性
念根→記憶修習の潜在性
定根→サマディの潜在性
慧根→智慧の潜在性

五力→五つの能力
信力→信の能力
精進力→精進の能力
念力→記憶修習の能力
定力→サマディの能力
慧力→智慧の能力

七覚支→七つの覚醒段階
念覚支→記憶修習覚醒段階
択法覚支→検討覚醒段階
精進覚支→精進覚醒段階
喜覚支→喜覚醒段階
軽安覚支→静寂覚醒段階
定覚支→サマディ覚醒段階
捨覚支→無頓着覚醒段階

八正道→聖なる八段階の道
正見→正見解
正思惟→正思惟（変更なし）
正語→正語（変更なし）
正業→正行為
正命→正生活

正精進→正奮闘
正念→正記憶修習
正定→正サマディ

三苦→三つの苦しみの本質
苦苦→苦しみの苦しみの本質
行苦→悪い構成要素の苦しみの本質
壊苦→悪化の苦しみの本質

三受→三つの感覚
楽受→楽の感覚
苦受→苦しみの感覚
不苦不楽受→不苦不楽の感覚

四無量心
慈→聖慈愛
悲→聖哀れみ
喜→聖称賛
捨→聖無頓着

五取蘊→五つのとらわれの集積
色取蘊→形状・容姿のとらわれの集積
受取蘊→感覚のとらわれの集積
想取蘊→表象のとらわれの集積
行取蘊→経験の構成のとらわれの集積
識取蘊→識別のとらわれの集積

五蓋→五つの障害
貪欲蓋→愛欲の衝動による障害
瞋恚蓋→害心による障害

惛眠蓋→頑固と愚鈍による障害
掉挙蓋→興奮と後悔による障害
疑蓋→疑念による障害

五妙欲→五つの愛欲の構成部分
色→形状・容姿
声→声（変更なし）
香→香り
味→味（変更なし）
触→接触

五下分結→五つの下位に結びつけるきずな
有身見→有身謬見
疑→疑念
戒禁取→戒誓のとらわれ

貪欲→愛欲の衝動
瞋恚→害心

五上分結→五つの上位に結びつけるきずな
色貪→形状愛著
無色貪→非形状愛著
慢→慢（変更なし）
掉挙→興奮
無明→非神秘力

八解脱→八つの離解脱
八勝処→八つの克服境
十遍処→十全境
十波羅蜜→十の徹底

十二縁起の法→十二の条件生起の段階
無明→非神秘力
行→経験の構成
識→識別
名色→心の要素-形状-容姿
六処→六つの感覚要素と対象
触→接触
受→感覚
愛→渇愛
取→とらわれ
有→生存
生→出生
苦→苦しみ
信→信（変更なし）
悦→歓喜

喜→喜（変更なし）
軽安→静寂
楽→楽（変更なし）
三昧→サマディ
如実知見→如実精通見解
遠離→現世否定
離貪→離愛著
解脱→離解脱

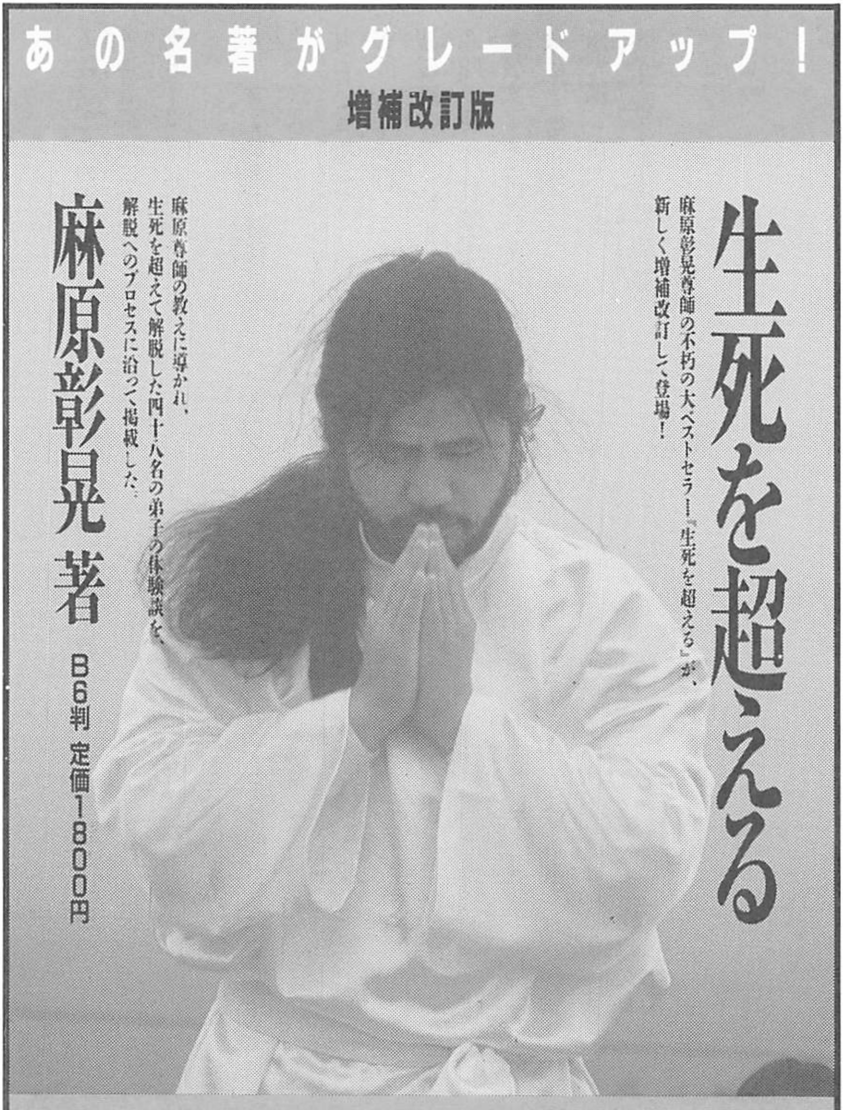
涅槃→煩悩破壊
般涅槃→完全煩悩破壊
中般涅槃→中完全煩悩破壊
生般涅槃→減少完全煩悩破壊
無行般涅槃→形状界にて経験の構成がなく功徳の果報を受けつつあ

る完全煩悩破壊
有行般涅槃→形状界にて経験の構成があり真理の実践による完全煩悩破壊
一種者→一種者（変更なし）
家家者→徳の高い家から家へと転生する者
極七返→最高七回流転者
正智→正精通
正解脱→正離解脱
心解脱→心の離解脱
慧解脱→智慧の離解脱
殺生→殺生（変更なし）
偸盗→与えられないものを強奪すること
邪淫→愛欲における邪悪な行為
妄語→嘘
綺語→軽薄語
悪口→悪口（変更なし）
両舌→中傷
貪→愛著
瞋→邪悪心
癡→迷妄
愁→不運な出来事
悲→悲嘆
苦→苦しみ
憂→激痛
悩→悩み

五趣→五つの方向
善趣→幸福に向かうこと
悪趣→悲痛に向かうこと
カルマ→要素の蓄積
法→法則
梵行→神聖行
布薩→戒誓行
波羅提木叉→約束維持解放
頭陀→断修行障礙
袈裟衣→赤っぽい黄色の衣
衆生→生命体
四大種→四大元素
本生経→輪廻転生談

◆仏教・ヨーガ　言語対比表

愛欲界―現象界
形状界―アストラル世界
非形状界―コーザル世界
愛著―サットヴァ
邪悪心―ラジャス
迷妄―タマス



あの名著がグレードアップ！
増補改訂版
生死を超える
麻原彰晃尊師の不朽の大ベストセラー『生死を超える』が、
新しく増補改訂して、登場！
麻原尊師の教えに導かれ、
生死を超えて解脱した四十八名の弟子の体験談を、
解脱へのプロセスに沿って、掲載した。
麻原彰晃 著
B6判 定価1800円
オウム出版 本社 〒154 東京都世田谷区世田谷2-8-17 TEL03(3439)6043 振替 東京2-109325
営業部 〒168 東京都杉並区宮前3-8-11 TEL 03(5370)1598

仏陀の智慧が光を放ち混迷の時代を照射する

INITIATION

イニシエーション

麻原彰晃著

この名著はすべてを語っていた！

「解脱」「悟り」のプロセスを細やかに説き明かし、
最高の修行法を伝授する。
本来、選ばれた弟子にのみ明かされる秘儀――
ヨーガ・仏教の奥儀を極めた修行の正しさは、
誕生した三五〇名の解脱者が証明する。
さらに、自民党の大勝と大敗、円高の進行、
農作物輸入自由化など、
今日の世界と日本の動向を正確に予言している、
驚くべき記述の数々！

武田 健さん（東京都／学生）
「末法の時代は終わった」ということを確実に感じさせる本である。

松岡謙次さん（愛媛県／警備員）
読めば読むほど、「頑張ろう、やるぞ」と思わせるような素晴らしい本です。

山本 勇さん（石川県／会社員）
解脱するまでの心の状態が、多くの例を挙げてわかりやすく書いてある。

大森恵子さん（山口県／店員）
他の書では得られない絶対なる真理に触れることができた。

武田葉子さん（熊本県／主婦）
「人間として最高の、最終の目的は何か」ということがはっきり示されています。

本間智加子さん（東京都／経理事務）
宗教に対する偏見がいっぺんに吹き飛んでしまいました。



◎「解脱」「悟り」の真実／現代の仏陀麻原彰晃が最高の修行法を公開。
◎タントラ・イニシエーションの全貌／チベット密教・ゲールク派とオウムの秘儀を比較する。
◎確実に核戦争だ！／日本と世界の近未来を予言する。
◎総勢三十一名の体験談／「クンダリニーが覚醒する」「過去世が甦る」「悟りのプロセス」など、これが修行プロセスと霊的ステージの真実だ。

定価2163円　ご注文は書店にてお願いいたします。直接弊社にお申し込みの場合は下記まで。（送料300円）
オウム出版　〒154　東京都世田谷区世田谷2-8-17　電話03(3439)6043　郵便振替　東京2-109325

解脱とは？
解脱の真の意味合いとは？…

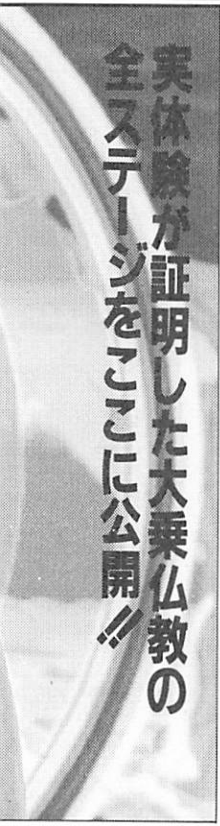
「マハーヤーナ・スートラ」

MAHA YANA SUTRA

大乗ヨーガ経典

麻原彰晃 著

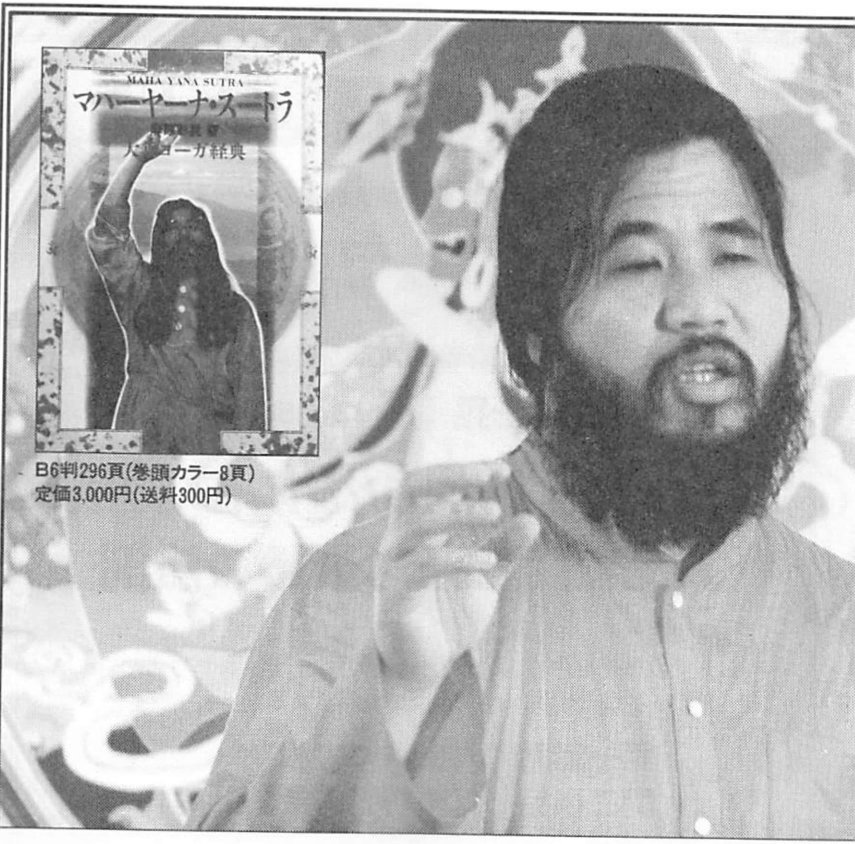
あなたは苦悩してはいないか？
あなたは迷妄の中でもがいてはいないか？
あなたは騙されてはいないか？
麻原彰晃が説き明かす真理のすべて



日本で初めての偉大な経典

早川知子さん
（大阪府・ＯＬ）

「願わくば、すべての魂がマハーヤーナに入るまで……」この麻原尊師の発願に胸がときめくのを感じました。宇宙の構造からすべてのヨーガについて、体系的にわかりやすく書かれ、尊師自ら体験、証明してくださっています。日本で初めての、この偉大な経典に向かうとき、おのずと謙虚になるのです。



B6判296頁(巻頭カラー8頁)
定価3,000円(送料300円)

興味深い解脱者の体験談

平田雅文さん
(大阪府・整形外科医)

全く驚嘆すべき内容でした。「3つの世界の構造」「無と空の違い」などこれまで釈然としなかった事柄がすっきりと整理されていました。修行中の精神状態や行法について詳しく書かれた、解脱者達の"独房修行"の体験談は非常に興味深く読むことができました。

心の成長、"神"の能力を取り戻したい人々への至宝

柴田俊郎さん
(東京都・公認会計士)

もともとは"神"としてマハーヤーナに存在していた私達の魂。この「マハーヤーナ・スートラ」は、物質的欲望や刹那的楽しみを追い求める現代人がどんな方法で、どんなステップで、また一人の神に戻ることができるのかを明確に答えてくれる。

長い間の重荷から解放された

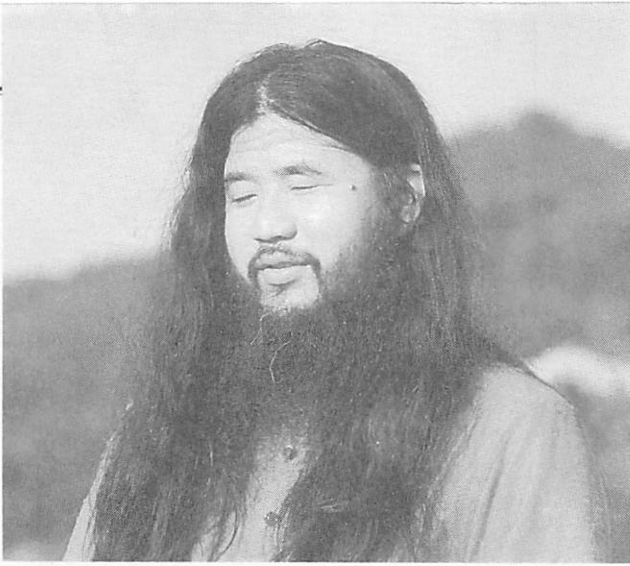
遠藤誠一さん
(京都府・京都大学大学院1年)

「いっさいのものは、原因と結果の連続にすぎない。」この尊師の言葉に、私は長い間私の心を縛りつけていた重荷から解放されたような安らぎを感じた。そして、ここまで真理を公開された尊師の熱意に何とか報いなければならないような気がした。

宗教家が論争する時代は終わった!

満生均史さん
(福岡県・不動産会社経営)

麻原尊師のすべての人々を救済したいという願いが、誰もが待ち望んだ経典、『マハーヤーナ・スートラ』には込められている。この中のステージをただ確実に昇っていきさえすれば、気づいたときには解脱し、マハーヤーナへと到達しているだろう。真理への道筋はもう決まった!



あなたに絶対の幸福を約束する

——オウム真理教

心身の悩みを解決したい
超健康体を得たい
豊かな生活を送りたい
素晴らしい人間関係を築きたい
スーパー・パワーを身につけたい
来世も幸福に生きたい
解脱し、永遠の至福を得たい

最高の教義、最高の奥儀、そして麻原尊師のもと、すべては確実に実現します。

●オウム真理教が誇る三つの基本的修行体系

1、マハーヤーナ

現実生活をより豊かにし、幸福な人生をお約束します。ご年輩の方、仕事が忙しく時間のあまり取れない方にお勧めです。

2、タントラ・ヴァジラヤーナ

行法、イニシエーションを中心として進め、霊性を向上させて、神秘世界を実体験することができます。この修行体系を選択すれば今生で解脱し、悟ることも夢ではありません。

3、テーラヴァーダ

原始仏教の上座部仏教を再現しました。真理にのっとって清浄な日常生活を送ることによって、幸せな来世が約束されます。また、経典の記憶修習によって心の成熟が促され、悟りを得ることが可能です。オウム真理教の深遠な教義を徹底的に学びたい方に最適です。

※資料請求券を貼付けしたハガキ、または電話にて最寄りの本・支部までご連絡ください。入信案内等、詳しい資料をお送りします。

キリトリ線

ハイエスト・ダンマ
資料請求券

ズバリ！　真理のメッセージ



この本をお読みになって、どのような感想をお持ちになりましたか。あなたのご意見を、ぜひ下記の「『ハイエスト・ダンマ』読者係」までお送りください。

〒154　東京都世田谷区世田谷2－8－17
オウム出版「『ハイエスト・ダンマ』読者係」

◆各道場のご案内◆

富士山総本部　0544(54)1267
〒418-01　静岡県富士宮市人穴381-1
東京本部　03(3327)8565
〒156　東京都世田谷区赤堤2-42-5 杉田村松ビル1F
新東京本部（杉並道場）03(3396)9393
〒167　東京都杉並区下井草4-4-4　井口ビル2F
大阪支部　06(397)1022
〒532　大阪府大阪市淀川区西宮原1-8-14 八光ビル2F
福岡支部　092(474)2877
〒812　福岡県福岡市博多区博多駅前2-6-15 第一渡部ビル6F
名古屋支部　052(252)0709
〒460　愛知県名古屋市中区栄5-8-14 万国ビル3F
札幌支部　011(241)4938
〒060　北海道札幌市中央区北2条西2丁目19-1 チサンホテル本館2F
京都支部　075(371)3759
〒600　京都府京都市下京区堀川通り松原上ル五軒町384 松本ビル2F
仙台支部　022(268)3904
〒982　宮城県仙台市若林区河原町1-4-20 十全会ビル2F
金沢支部　0762(51)8457
〒920　石川県金沢市京町25-20 ソフトオフィスビル2+4 2F
高知支部　0888(84)8286
〒780　高知県高知市はりまや町2-8-8 安藤ビル2F
広島支部　082(264)6250
〒732　広島県広島市南区西蟹屋4-4-18 和田ビル3F
横浜支部　045(243)8079
〒231　神奈川県横浜市中区若葉町3-41-2 コスモ伊勢佐木長者町ビル204
和歌山支部　0734(24)2859
〒640　和歌山県和歌山市駿河町42 和歌山酒販会館2F
水戸支部　0292(26)8044
〒310　茨城県水戸市中央2-2-1 HDビル6F
船橋支部　0474(66)4965
〒274　千葉県船橋市新高根6-26-18
那覇支部　098 (869) 7707
〒902　沖縄県那覇市安里2-4-12 嘉数グラビアハイツ5F
堺支部　0722 (21) 1843
〒590　大阪府堺市海山町4丁168の9
深谷出張所　0485(74)6205
〒366　埼玉県深谷市萱場441-8
渋谷出張所　03 (3476) 5065
〒150　東京都渋谷区道玄坂1-15-3　プリメーラ道玄坂317号
〈海外支部〉
ニューヨーク支部　212(421)3687
8 East 48th St. #2E (2nd Floor), New York, N.Y. 10017 U.S.A.
ボン支部　(0228)616647
Auf dem Hügel 48, Endenich, 5300 Bonn 1, S.R.Germany
スリランカ支部（AUM SACCA SAṄGHA ASSOCIATION)
Sorahena, Watta, Anglugaha, Galle, Shri Lanka

ハイエスト・ダンマ

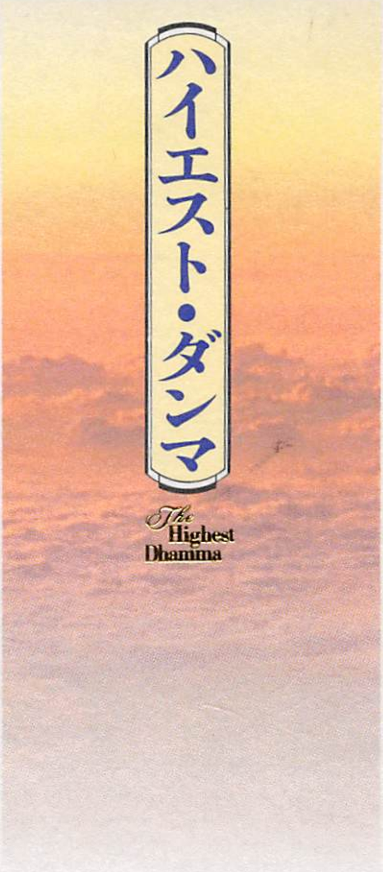
一九九二年六月二十一日　初版発行

定価　二〇〇〇円

発行者　松本知子
　　　　石井久子

編集　オウム出版広報編集部
発行所　株式会社　オウム
東京都世田谷区世田谷二ー八ー十七
郵便番号　一五四
電話　〇三（三四三九）六〇四三
振替　東京二ー一〇九三二五

ISBN4-87142-047-7 C0014 P2000E



ISBN4-87142-047-7 C0014 P2000E 定価2000円(本体1941円)